

**Nuorten leskiäitien perhearki ja hyvinvointi – Surusta
selviytymisen tarinoita**

Sanna Tuunila

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Syyslukukausi 2015
Kasvatustieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Tuunila, Sanna. 2015. Nuorten leskiäitien perhearki ja hyvinvointi – Surusta selviytymisen tarinoita. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. 80 sivua.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella nuorten leskiäitien perhearkea ja hyvinvointia. Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään, miten leskiäidit kertovat leskeytymisprosessistaan sekä perhearjesta ja hyvinvoinnista sen osana.

Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Suomen nuoret lesket ry:n kanssa. Tutkimusaineistona olivat 19 leskiäidin kirjoitelmat, joissa he pohtivat omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan perheensä arjesta ja hyvinvoinnista. Aineiston analyysissä hyödynnettiin narratiivisia menetelmiä.

Tutkimuksen tulokset jakautuvat kahteen osioon: narratiiviseen tarinatyyppi-piluokitteluun ja leskiäitien tarinoiden sisällöllisten teemojen tarkasteluun. Leskiäitien kirjoitelmista oli löydettävissä viisi tarinatyyppiä, jotka erosivat toisistaan kerronnallisesti. Tarinatyyppit olivat surun keskellä kertojat, identiteetin etsinnästä kertojat, suruun sopeutumisesta kertojat, toipumisesta kertojat ja suuresta vastuusta kertojat. Kaikissa tarinatyypeissä toistui kolme teemaa: suuren surun merkitys leskien elämälle, yksin ja ilman lasten isää selviytyminen perhearjessa sekä hyvinvointia edistävien asioiden moniulotteisuus.

Suomalaisia tutkimuksia leskiperheiden perhearjesta ei juuri ole. Näin ollen tämä tutkimus tuottaa aiheesta uutta tietoa, jota leskiperheiden parissa työskentelevät voivat hyödyntää. Puolison menetys etenkin nuorella iällä ja isän puuttuminen perhearjesta on suuri muutos, joka vaikuttaa koko perheeseen ja moniin elämän osa-alueisiin. Vaikka surun kokeminen ja siitä selviytyminen sisältävät monia yksilöllisiä piirteitä, arjen sujuvuus, tasapaino perhearjen toiminnoissa sekä hyvät perhesuhteet ovat merkittäviä tekijöitä leskien hyvinvoinnille.

Hakusanat: leskeys, menetys, selviytyminen, perhearki, perhesuhteet, hyvinvointi

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	5
2	LESKEYS ELÄMÄNTILANTEENA	7
2.1	Leskien taloudellinen, yhteiskunnallinen ja sosiaalinen asema.....	7
2.2	Menetys ja surutyö.....	10
2.3	Sosiaalinen tuki surijan apuna	15
2.4	Leskiäidin roolin ja identiteetin muutos.....	18
2.5	Perhearki ja perhesuhteet leskiperheissä.....	20
2.6	Menetyksestä kohti hyvinvointia	24
3	TUTKIMUKSEN TARKOITUS	27
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	28
4.1	Narratiivinen lähestymistapa leskeytymisen tutkimuksessa.....	28
4.2	Tutkittavat, tutkimuksen eteneminen ja kirjoitelmat tutkimusmenetelmänä	31
4.3	Aineiston analyysi	35
4.4	Tutkimuksen luotettavuus	38
4.5	Eettiset ratkaisut.....	39
5	TARINOITA LESKIÄITYDESTÄ	41
5.1	Surun keskellä kertojat.....	41
5.2	Identiteetin etsinnästä kertojat.....	43
5.3	Suruun sopeutumisesta kertojat	45
5.4	Toipumisesta kertojat	48
5.5	Suuresta vastuusta kertojat.....	50
6	LESKIÄITIEN KOKEMUKSIA SURUSTA, PERHEARJESTA JA HYVINVOINNISTA	52

6.1	Surun kanssa eläminen	52
6.2	Ilman isää ja puolisoa – yksin vastuussa perhearjesta	54
6.3	Leskiäitien hyvinvointi ja selviytymiskeinot	57
7	POHDINTA.....	61
7.1	Tulosten tarkastelua	61
7.2	Tutkimuksen arviointi ja jatkotutkimusehdotuksia	66
	LÄHTEET	68
	LIITTEET.....	75

1 JOHDANTO

Nuoriin leskiin on kiinnitetty vain vähän tutkimuksellista huomiota yhteiskunnassa. Olemassa oleva leskitutkimus painottuu vanhemmalla iällä leskeytyneisiin ja leskien saamaan sosiaaliseen tukeen. Sen sijaan nuoria leskiä ja heidän perhearkea ja perhesuhteita ei ole juuri tutkittu. Leskiäidit voidaan elämäntilanteensa puolesta rinnastaa avioeron vuoksi yksineläviin äiteihin, mutta ovat kuitenkin siinä mielessä erilaisessa asemassa, että leskiäidit jäävät ilman omaa valintaa yksin.

Tämä tutkimus on tehty yhteistyössä Suomen nuoret lesket ry:n kanssa. Suomen nuoret lesket ry on vuonna 2009 perustettu vertaistukiyhdistys työikäisille leskille. Järjestö on valtakunnallinen ja sen päätoimipaikka on Jyväskylässä. Suomen nuoret lesket ry järjestää mm. vertaistukitoimintaa nuorille leskille ja heidän lapsilleen sekä antaa neuvoa ja ohjausta leskeyteen liittyvistä asioista. Yhdistys pyrkii myös vaikuttamaan leskien ja leskiperheiden oikeudelliseen ja taloudelliseen asemaan liittyviin epäkohtiin. Yhdistyksen jäseneksi voivat liittyä henkilöt, jotka ovat jääneet leskeksi, oli parisuhteen muoto avioliitto, rekisteröity parisuhde tai avoliitto. Juridisesti ihminen tulee leskeksi vain, jos menehtynyt henkilö ja tämän puoliso ovat olleet avioliitossa, mutta yhdistykseen saa liittyä kuka vain joka tuntee itsensä leskeksi. (Suomen nuoret lesket ry 2014.)

Nuoreksi leskeksi voidaan määritellä alle 65-vuotiaat puolisonsa menettäneet henkilöt (Suomen nuoret lesket ry). Suomen nuoret lesket ry:n perustaja Sari Rappi-Lindholm (2012) määrittelee nuoreksi leskeksi työikäiset lesket. Rappi-Lindholmin määritelmä nuorista leskistä kattaa siis varsin laajan ikäluokan ihmisiä. Tämä tutkimus kohdistuu leskiäiteihin, joilla on yksi tai useampi kotona asuva, alle 18-vuotias lapsi. Tällä rajauksella on haluttu saada tietoa nuorista leskiäideistä, jotka elävät arkeaan lapsen tai lastensa kanssa.

Puolison menettäminen ja leskeksi jääminen on suuri muutos elämässä (Miller, Smerglia & Bouchet 2004). Mitä nuoremasta leskestä on kyse, sitä todennäköisemmin puolison kuolema on tullut aivan yllättäen esimerkiksi onnettomuuden seurauksena, jolloin siihen ei ole osattu etukäteen varautua. Tieto

puolison kuolemasta saattaa mullistaa koko elämän ja sen tarkoituksen. Leskeyttä voidaan ajatella kuitenkin myös muutosprosessina, jossa surutyön kautta sopeudutaan uuteen elämäntilanteeseen ja mahdollisesti jossain vaiheessa päädytään myös uuteen parisuhteeseen.

Aiemmin yleisin syy yksinhuoltajuuteen oli toisen vanhemman kuolema, mutta nykyään yksinhuoltajuuden yleisimmät syyt ovat avioero ja avioliiton ulkopuolella syntyneet lapset (Lopata 1973; Messner 1996). Koska leskiperheitä on tutkittu vain vähän ja yksinhuoltajuuteen ja yhden vanhemman perheisiin liittyvät tutkimuksetkin painottuvat avioeroperheisiin, on tässä tutkimuksessa hyödynnetty leskitutkimuksen lisäksi myös yksinhuoltajatutkimuksia. Mikäli leski ei ole löytänyt uutta kumppania, leskiperhe luokitellaan yleensä yhden vanhemman perheeksi. Leskiperheet, eroperheet ja naimattomien vanhempien perheet kuitenkin eroavat jossain määrin toisistaan, mikä tulee huomioida (Aquilino 1994; Biblarz & Gottainer 2000).

Suomenkielessä suruun liittyvä sanasto on huomattavasti suppeampaa kuin esimerkiksi englannin kielessä. Tämän vuoksi olen käyttänyt myös englanninkielisiä termejä selventääkseni merkitystä sopivan suomenkielisen sanan puuttuessa. Kansainvälisessä tutkimuksessa käytetään termejä *bereavement*, joilla tarkoitetaan läheisen ihmisen menetyksen kokemista ja *bereaved person*, jolla tarkoitetaan läheisen ihmisen menettänyttä henkilöä (Michael, Crowther, Schmid & Allen 2003). Surulla (*grief*) tarkoitetaan emotionaalista reagointia menetykseen (Stroebe, Stroebe & Hansson 1993), kun taas *mourning* viittaa surun konkreettiseen ilmaisuun. Tässä tutkimusraportissa olen käyttänyt leski-sanana lisäksi *läheisen menettänyt henkilö* kuvaamaan yleisesti leskiä ja muita menetyksen kokeneita henkilöitä.

Leskeytyminen on raskas elämäntapahtuma ja muutos. Puolison menettäessä leski joutuu sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen leskenä ja yksinhuoltajaäitinä. Tällöin niin elämänarvot, sosiaaliset kontaktit kuin perhesuhteetkin saattavat muuttua. Tässä tutkimuksessa keskitytään leskiäitien perhearkeen ja leskeytyminen siihen tuottamiin muutoksiin sekä leskiäitien hyvinvointiin.

2 LESKEYS ELÄMÄNTILANTEENA

2.1 Leskien taloudellinen, yhteiskunnallinen ja sosiaalinen asema

Puolison menettäminen muuttaa usein ihmisen elämää merkittävästi monella tavalla (Bankoff 1983). Leski kohtaa lukuisia taloudellisia, yhteiskunnallisia ja sosiaalisia haasteita puolison kuoleman jälkeen, minkä vuoksi lesken sosioekonominen asema, hyvinvointi ja sosiaalinen verkosto voi muuttua joko väliaikaisesti tai pysyvästi (Lopata 1994). Lesken taloudellinen asema horjuu puolison menettämisen myötä, mikä saattaa muuttaa paitsi lesken, myös koko perheen asemaa yhteiskunnassa (Trivedi, Sareen & Dhyani 2009).

Aiemmin, kun ihmisten kuolleisuus nuorempana oli yleistä, oli myös nuorena ja perheellisenä leskeytyminen tavanomaisempaa. Leskeksi jääminen oli yleisin syy yksinhuoltajuudelle, ja vielä 1970-luvulla 43 % amerikkalaisista yksinhuoltajaäideistä oli leskiä (Lopata 1973, 20). Nykyään suurin osa yksinhuoltajista on eronneita ja naimattomia, kun taas leskien osuus kaikista yksinhuoltajista on hyvin marginaalinen (Messner 1996, 3-4; Tilastokeskus 2013). Tämä johtuu suureksi osaksi avioerojen ja naimattomien äitien määrän lisääntymisellä, sillä leskiä on lukumääräisesti melko paljon edelleen. Suomessa naisleskiä oli vuonna 2013 yhteensä 233 926 ja leskimiehiä 54 705, ja leskinaisista alle 65-vuotiaita on noin 13 prosenttia (Tilastokeskus 2013). Leskimiehistä alle 65-vuotiaita on noin 9,5 prosenttia.

Taloudellinen tilanne vaikuttaa lesken elämään merkittävästi. Lesken taloudelliseen tilanteeseen vaikuttaa lesken oman varallisuuden lisäksi myös parisuhteen muoto, sillä vain avioliitosta tai rekisteröidystä parisuhteesta leskeytyneet ovat lainsäädännöllisesti oikeutettuja saamaan leskeneläkettä. Leski voi saada joko Kelan tai työelämäjärjestelmän perhe-eläkettä, johon kuuluu lesken eläke ja lapseneläke, jos lapsen vanhempi kuolee ennen kuin lapsi on täyttänyt 18 vuotta (Keva.fi). Jos puoliset ovat eläneet avoliitossa, eikä heillä ole yhteisiä

lapsia, ei leski ole oikeutettu saamaan minkäänlaista leskeneläkettä. Jos avoparilla on yhteisiä lapsia, leskiperhe saa lapseneläkkeen osuuden. Avopuoliso ei myöskään saa puolison kuolemantapauksessa perintöä, ellei vainaja ole tehnyt erikseen testamenttia (Kempainen & Suomen nuoret lesket ry 2012). Jos leski jää ilman perintöä ja leskeneläkettä, hänen taloudellinen tilanteensa voi heikentyä merkittävästi.

Mikäli leskellä on ala-ikäisiä lapsia ja nämä ovat saaneet perintöä, lesken tulee vuosittain antaa selvitys maistraatille lapsen varallisuudesta:

Alaikäisen edunvalvonta tulee merkitä holhousasioiden rekisteriin, jos alaikäisellä on edunvalvojan hoidettavana omaisuutta, jonka määrä velkoja siitä vähentämättä (bruttomäärä) ylittää 20.000 euroa, tai jos alaikäinen tulee osakkaaksi kuolinpesään, ja hänen osuutensa pesän bruttovaroista ylittää 20.000 euroa, taikka rekisterimerkintään on olemassa muita erityisiä syitä. Maistraatin rekisteröintiä koskevan päätöksen myötä alaikäisen edunvalvojalle syntyy velvollisuus antaa maistraatille vuosittain tili alaikäisen omaisuuden hoidosta. (Laki holhoustoimesta 442/1999, maistraatti.fi)

Leskiperheiden perhearjessa ja -dynamiikassa tapahtuu muutoksia puolison ja lasten toisen vanhemman menehtymisen seurauksena. Jäädessään leskeksi useimmista leskiäideistä tulee yksinhuoltajia ja he ovat jossain määrin samanlaisessa asemassa kuin avioliitosta tai parisuhteesta eronneet yksinhuoltajaäidit. Yksinhuoltajat joutuvat tekemään uusia perhe-elämää ja perhearkea koskevia ratkaisuja, kun pariskunnan toinen osapuoli puuttuu. Vaikka leskiperheen rakenne vastaa eronneiden ja naimattomien äitien yksinhuoltajaperheitä, yksinhuoltajuuteen päättymisen syyt ovat kuitenkin erilaiset, minkä vuoksi leskiperheitä ei voi suoraan kuitenkaan rinnastaa eroperheisiin ja naimattomien vanhempien perheisiin. Suurimpana erona on se, ettei leski ole valinnut tilannetta eikä ole voinut siihen vaikuttaa (DeGarmo & Kitson 1996). Leskiperheet voivat uuden parisuhteen myötä muodostaa myös uusperheen.

Russo (2003) on väitöskirjassaan tutkinut yksinhuoltajaperheitä ja hänen mukaansa yksinhuoltajaperheet elävät keskivertoperheitä todennäköisemmin köyhyydessä. Krokin (2009) tutkimuksen perusteella myös Suomessa yksinhuoltajat elävät kahden vanhemman perheitä todennäköisemmin köyhyydessä. Taloudellisesti haastavan tilanteen vuoksi osa yksinhuoltajavanhemmista tekee aikaisempaa enemmän töitä pystyäkseen elättämään perheensä, mutta samalla las-

ten kanssa vietetty laatu-aika saattaa vähentyä. Avioeroperheissä lapset usein taapaavat myös toista vanhempaansa, joka ei enää asu kotona ja saavat usein tältä taloudellista tukea. Leskivanhemmat ja heidän lapsensa taas menettävät puolisonsa ja vanhempansa kokonaan, jolloin lesken on tultava toimeen omillaan (Russo 2003).

Yksinhuoltajäitejä ja heidän lapsiaan käsitelleen tutkimuksen mukaan leskien, eronneiden ja naimattomien naisten erot hyvinvoinnin, vapaa-ajan teemoihin liittyen sekä yhteiskunnalliset ja poliittiset mielipiteet eivät juuri eronneet toisistaan (Biblarz & Gottainer 2000). Pääasiassa lesket ovat kuitenkin keskimäärin paremmassa taloudellisessa asemassa ja korkeammin koulutautuneita kuin eronneet ja naimattomat, mikä on yksi syy leskien lasten parempaa koulu- ja työmenestystä verrattuna eronneiden ja naimattomien naisten lapsiin (Biblarz & Gottainer 2000).

DeGarmon ja Kitsonin (1996) tutkimuksen mukaan sekä eronneet että leskeytyneet naiset olivat kokeneet muutosta sosioekonomisessa asemassaan, mutta eronneiden kohdalla muutos oli leskiä suurempi. Tutkimuksen mukaan lesket olivat kuitenkin eronneita useammin työttömiä tai kotiäitejä kun taas eronneet naiset olivat useimmiten työelämässä. Tämä on ristiriidassa suhteessa Biblarzin ja Gottainerin (2000) tulokseen siitä, että lesket ovat keskimäärin paremmassa taloudellisessa asemassa kuin eronneet. Leskien parempi taloudellinen asema saattaa kuitenkin selittyä sillä, että työelämässä olevat lesket ovat keskimäärin eronneita ja naimattomia paremmin koulutettuja ja ansaitsevat keskimäärin paremmin.

Leskien taloudellinen ja sosiaalinen asema sekä yleinen suhtautuminen yhteiskunnassa riippuu myös maasta, jossa leski asuu. Kehittyneemmissä ja rikkaammissa maissa nuorena leskeytyminen ei ole niin yleistä kuin kehitysmaissa, joissa tytöt menevät usein naimisiin selvästi itseään vanhemman miehen kanssa ja joissa ihmiset kuolevat huonon hygienian ja heikomman terveydenhuollon vuoksi mm. sairauksiin huomattavasti rikkaampia maita nuorempana. Näin ollen kehitysmaissa nuoria leskinaisia on suhteessa paljon enemmän kuin rikkaam-

missa hyvinvointivaltioissa. Esimerkiksi Iranissa nuoret leskiäidit joutuvat mukaan usein yhteiskunnassa hyvin heikkoon asemaan puolison kuoltua (Khosravan, Saleh, Ahmad & Mansoorian 2013). Kun perheen elättäjä kuolee, jää leski lapsineen yksin yhteiskunnassa, ellei hän saa omalta perheeltään tukea. Leski joutuu helposti yhteiskunnan ulkopuolelle, mistä seuraa helposti mm. yksinäisyyden, turhautuneisuuden ja masentuneisuuden tunteita.

Khosravan ja kollegat (2013) esittävät yhtenä ratkaisuna iranilaisten leskien hyvinvoinnin ja aseman parantamiseksi, että terveydenhuollon henkilökunnan tulisi tarjota leskille sosiaalista tukea leskeytymisestä selviytymiseen. Koulutuksen, yhteiskunnallisen tietoisuuden lisäämisen leskistä ja leskien vertaistukiryhmien avulla leskien hyvinvointi ja asema yhteiskunnassa paranisi (Khosravan ym. 2013).

Vaikka kehittyneimmissäkin maissa on suuri määrä etenkin myöhemmällä iällä leskeytyneitä, leskien yhteiskunnallista asemaa ei ole länsimaissa paljoa tutkittu. Etenkin nuoret lesket jäävät helposti huomaamatta yhteiskunnassa eikä heihin välttämättä osata suhtautua luontevasti. Kehitysmäihin verrattuna leskien asema hyvinvointivaltioissa on turvatumpi, sillä yhteiskunta tukee leskiä ainakin jossain määrin, tarpeen mukaan, taloudellisesti ja sosiaalihuollon kautta eikä leskeyteen liity yhtä suuria myyttejä kuin ennen. Yhteiskunnallisessa suhtautumisessa leskiin ja leskiperheisiin ja tuen tarpeeseen vastaamisessa on kuitenkin edelleen parantamisen varaa. Oryn ja Huijts:n (2015) tutkimus osoittaa, että leskien hyvinvointi on parempaa maissa, joissa valtion tuki leskiä kohtaan on hyvä.

2.2 Menetyks ja surutyö

Tärkeän ihmisen menettämisen käsittelemiseen liittyy aina surutyö. Surutyö on läheisen kuoleman tai muun menetyksen takia surevan vähittäistä mukautumista tilanteeseen (Poijula 2002). Surutyöhön liittyy kuoleman sisäistäminen, menetyksen käsitteleminen ja hyväksyminen. Surutyö ei välttämättä lopu koskaan, mutta surun ja menetyksen käsitteleminen auttaa jatkamaan elämää eteenpäin ja

elämään surun kanssa. Kuolema vaikuttaa koko perheeseen, ja samalla kun menehtyneen henkilön puoliso jää leskeksi, lapset menettävät isänsä tai äitinsä. Näin ollen perheeseen jää ikään kuin tyhjä aukko, joka estää perhettä jatkamasta elämäänsä suunniteltuun tapaan (Pojjula 2002).

Lindeman (1944) on ensimmäisiä surututkijoita, joka tunnisti erilaisia surun vaiheita. Lindemanin surun vaiheita hyödynnetään surututkimuksessa edelleen ja monet tutkijat ovat tehneet omia versioitaan surun vaiheista (Laakso 2000, 25–29). Lindemanin (1944) mukaan akuutin surun tehtävänä on saada läheisen menettänyt ymmärtämään ja hyväksymään läheisen kuolema. ”Surutyön avulla sureva palautuu normaaliin elämään ja oppii elämään ilman kuollutta läheistään ja irrottautuu hänestä. Sureminen on sopeutumista menetykseen” (Laakso 2000, 25). Monilla surutyö tapahtuu säännönmukaisten vaiheiden kautta. Akuuttiin suruun kuuluu psykologisia ja somaattisia oireita, jotka tulevat usein välittömästi läheisen kuoleman jälkeen, mutta ne voivat myös viivästyä (Lindeman 1944).

Tutkijat ovat määritelleet surua eri tavoin ja surun määrittelyä on myös kritisoitu. Lindeman (1944) on määritellyt surulle viisi luonteenomaista piirrettä: 1) somaattinen stressi (somatic distress), 2) ajatusten kohdistaminen vainajaan (preoccupation with the image of the departed person), 3) syyllisyys (guilt), 4) viha (hostile reaction) ja 5) käyttäytymismallien muutokset (loss of patterns of conduct) (suomennokset Laakson 2000 mukaan). Surun piirteistä ja vaiheista on tehty useita määritelmiä Lindemanin suruteorian jälkeen, ja tyyppillistä niissä on kuvata surua erilaisten vaiheiden ja jaksojen kautta. Kuitenkin esimerkiksi Shucterin ja Zizookin (1993) mukaan suru ei ole suoraviivainen ja selkeä prosessi, ja surun kokemiseen vaikuttavat monet eri tekijät. Erjanti ja Paunonen-Immonen (2004) kuvailevat suruprosessiin kuuluvan toistensa yli ja lomitse virtaavia jaksoja ja niiden yhdistelmiä, jotka ilmenevät eri tavoin eri henkilöillä.

Suruteoriat ovat selkeyttäneet surun kuvaamista ja sen ymmärtämistä, mutta niissä ei ole huomioitu surun yksilöllisyyttä ja monimuotoisuutta. Tämän vuoksi Erjanti ja Paunonen-Immonen (2004) ovat kritisoineet kriisi- ja surulähtöi-

siä suruteorioita. Aikaisemmin surutyön tavoitteena pidettiin menetetyn henkilön unohtamista, mutta nykyään surutyön tarkoituksena pidetään oppimista elämään menetyksen kanssa (Erjanti & Paunonen-Immonen 2004). Menetettyä läheistä ole tarkoitus unohtaa. Nykyään surutyötä ei ajatella niinkään vaiheiden kautta, vaan yksilöllisenä prosessina (Erjanti 1999).

Ihminen reagoi läheisen menetykseen surulla, jota psykiatrit kuvailevat reaktiiviseksi masennukseksi (Parkes 1980). Parkesin mukaan surua voidaan pitää sairautena, ja se muistuttaa fyysistä vammaa enemmän kuin mikään muu sairaus. Suru voi vaikuttaa eri ihmisiin eri tavalla ja myös sama ihminen voi kokea surun eri vaiheissa eri tuntemuksia ja tarpeita. Läheisen menettänyt henkilö voi esimerkiksi reagoida menetykseen esimerkiksi kieltämällä menetyksen, kokeamalla levottomuutta, vihaa tai syyllisyyttä, yrittämällä etsiä ja löytää menetetty henkilö jossakin muodossa tai tuntemalla patologista surua (Parkes 1980).

Erjanti (1999) on määritellyt luopumisen keskeiseksi käsitteeksi puolison menettäneiden suruprosessissa. Hän kuvailee luopumista elinikäiseksi prosessiksi, jossa sureva kohtaa todellisuuden ja kamppailun kautta suru muuttuu lauhkeaksi ja surun prosessoinnin kautta sureva päätyy persoonalliseen kasvuun. Luopumisen ulottuvuuksia ovat luopumisen tunnemyrsky erilaisine tunteineen, elimistön kapina, menetyksen todentuminen, itsetutkiskelu, ajattelun murros, oman todellisuuden mieltämisen muutos, surun säätelijät, tartuntapinnan hakeminen, surun vallan murtaminen, surun itsesäätely, elpyminen, vuorovaikutus ja persoonallinen kasvu. Luopumisprosessin viimeisenä vaiheena voidaan pitää luopumisen metamorfoosia, jossa on kyse ”puolison kuoleman jälkeisestä muutoksesta, jonka jälkeen sureva ei ole samanlainen kuin ennen kuolemaa ja surua. (--) Metamorfoosissa sureva tekee matkan itsensä ytimeen ja muuttuu aviopuolionsa kuoleman johdosta nopeutetusti kohti eheyttä” (Erjanti & Paunonen-Immonen 2004, 78).

Kaikki eivät käsittele surua samalla tavalla. Surun kokeminen ja surutyö on yksilöllistä, eikä kaikkiin ihmisiin päde samat surutyön säännönmukaisuudet. Erjanti ja Paunonen-Immonen (2004) ovat määritelleet erilaisia tapoja surra, joita

ovat 1) yritteliäs, ulospäin suuntautuva tapa, 2) yritteliäs, sisäänpäin suuntautuva tapa, 3) syrjäänvetäytyvä, sisäänpäin suuntautuva tapa ja 4) surun koteloiva toimintatapa. Surevat ihmiset voivat olla käyttäjä surun eri murtamisen tapoja rinnakkain, vuorotellen tai peräkkäin. Dyregrovin (2008) mukaan noin 20 prosenttia ihmisistä ei koe suurta surua heti tai myöhemminkään menetyksen jälkeen. On myös paljon ihmisiä, jotka eivät näytä surua ulospäin eivätkä välttämättä jaa surua muiden kanssa, mutta tekevät surutyötä sisäisesti (Dyregrov 2008). Joillakin ihmisillä, etenkin traagisella ja odottamattomalla tavalla läheisen ihmisen menettäneillä henkilöillä taas surutyö voi jatkua koko elämän ajan, vaikkakin suru yleensä helpottuu ajan myötä (Erjanti 1999).

Jos puolison kuolema on tapahtunut erityisen traumaattisella ja odottamattomalla tavalla, voi menetyksen kokenut joutua tekemään surutyön lisäksi traumatyötä (Saari 2000; Van der Houwen ym. 2010). Traumaattisen kuolemantapauksesta voi tehdä kuoleman äkillisyys ja esimerkiksi kuolleen henkilön löytäminen onnettomuuden tai itsemurhan jälkeen (Dyregrov 1994). Suru ja menetyksen käsitteleminen voi aiheuttaa sekä henkistä että fyysistä pahoinvointia. On monia syitä ja osittain epäselvää miksi jotkut ihmiset kokevat menetykseen sopeutumisen toisia vaikeammaksi (Bankoff 1983).

Monilla leskillä on todettu masennusta ja muita psyykkisiä vaikeuksia ja myös terveydellisiä ongelmia (Michael, Crowther, Schmid & Allen 2003). Äkillisesti ja odottamatta läheisen menettäneet henkilöt kokevat muita enemmän surua ja masennuksen oireita (Van der Houwen ym. 2010). On myös tutkittu, että lesket, jotka ovat menettäneet puolisonsa nuorena tai äkillisesti, sopeutuvat muita heikommin leskeyteen (Michael ym. 2003). Myös taloudellisen tilanteen heikentyminen menetetyt henkilön myötä lisää surun, yksinäisyyden ja masentuneisuuden tunteita. Van der Houwenin ja kollegoiden (2010) tutkimuksen mukaan hengellisyys lisäsi menetyksen kokeneilla henkilöillä hyväntuulisuutta. Positiiviset tunteet taas lisäävät hyvinvointia ja vähentävät stressin ja masentuneisuuden tunteita (Van der Houwen ym. 2010).

Suurin osa läheisen menettäneistä henkilöistä kokee ohimeneviä fyysisiä ja terveydellisiä muutoksia, mutta merkittävä vähemmistö kärsii kroonisesta surun

jälkeisestä terveydellisistä haitoista (Lund & Caserta 2003; Michael ym. 2003). Keski-ikäisillä naisilla leskeksi jääminen lisää kuolleisuuden riskiä, mutta nuoremmilla ja vanhemmilla tätä yhteyttä ei ole todettu (Michael ym. 2003). Nihtilän ja Martikaisen (2008) tutkimuksen perusteella vanhemmilla leskillä ja yksinelävillä on suurempi tarve laitoshoidon kuin puolison kanssa asuvilla ikätovereilla. Riski laitoshoidon tarpeesta on erityisen korkea niillä, joiden puolison kuolemasta on kulunut vain lyhyt aika. Tutkimuksen perusteella laitoshoidon tarpeen riskiä lisää monien leskien kokema surun aiheuttama emotionaalinen stressi, joka voi aiheuttaa unettomuutta, ruokahaluttomuutta ja masentuneisuutta. Nämä tekijät taas heikentävät immuniteettia ja yleistä terveydentilaa.

On tutkittu, että leskillä on naimisissa oleviin verrattuna enemmän psyykkisiä sairauksia, kuten traumaattista surua, masennusta ja ahdistuneisuutta sekä sosiaalista eristyneisyyttä (Lopata 1973). Tästä huolimatta useimmilla leskillä näitä seurauksia ei kuitenkaan ole. Osa puolison menettäneistä kokee myös syyllisyyttä toisen kuolemasta ja kohtaavat muiden ihmisten paheksuntaa, mikä heikentää myös omaa hyvinvointia (Khosravan ym. 2013; Lopata 1994).

Surusta selviytyminen voidaan määritellä ihmisen ja ympäristön vuorovaikutukseksi, jossa ihminen pyrkii poistamaan tai vähentämään uhkaa ja stressiä (Laakso 2000). Surusta selviytyminen voidaan ymmärtää jokapäiväisestä elämästä selviytymiseksi, elämän pitämistä mielekkäänä ja elämisen arvoisena sekä oman elämän hallinnan tunteesta. Sellaiset ihmiset selviytyvät surusta yleensä muita paremmin, joilla on persoonallisuuspiirteinään sitkeys, sisukkuus, joka ilmenee muun muassa elämänhallintana ja vastuun ottamisena itsestä (Laakso 2000).

Myös lapsi reagoi menetykseen ja suruun voimakkaasti, mutta lapsen suru näyttäytyy hieman eri tavalla. Lapsen ikä ja kehitystaso vaikuttaa siihen, millä tavalla hän kuoleman ymmärtää ja reagoi tietoon läheisen menehtymisestä (Dyregrov 1994). Kuten aikuiset, myös lapset reagoivat läheisen kuolemaan eri tavoin, yksilöllisesti. Dyregrovin (1994) mukaan lasten tyypillisiä ensireaktioita kuolemantapaukseen ovat sokki ja epäily, pelko ja vastustus, apatia ja lamaannus sekä kaikki jatkuu entisellään -suhtautuminen. Lapset kokevat usein ahdistusta,

masennusta tai ikävää, vihaa, syyllisyyttä ja voimakkaita muistoja ja voivat kokea psykosomaattisia oireita läheisen kuoltua.

Vaikka vanhempi haluaisi suojella lasta surulta, tieto kuolemasta pitää kuitenkin kertoa lapselle rehellisesti hänen ikätasonsa huomioiden (Dyregrov 1994). Aikuisen tulisi käsitellä tapahtunutta itse, sillä itsestään huolehtiva vanhempi kykenee parhaiten tukemaan lasta tämän surussa. Jos lapsen vanhempi tai muu perheenjäsen on kuollut, vanhempi ei välttämättä kykene oman surunsa takia tukemaan lasta parhaalla tavalla ja huolehtimaan lapsen hyvinvoinnista. Vanhemmat voivat osallistua sururyhmiin tai hakea ammattiapua oman surunsa käsittelyyn, jolloin hänellä on paremmat valmiudet tukea lasta (Dyregrov 1994).

Oli kyse sitten aikuisen tai lapsen surusta, surua parantaa sekä aika että teot (Jamesin & Friedman 2002). Toipuminen surusta tai menetyksestä edellyttää surijan valintoja tehdä pieniä sarjoja oikeanlaisia tekoja, jotka auttavat surun käsittelyä ja menetykseen sopeutumista (James & Friedman 2002). Menetyksestä ja surusta puhuminen ja tunteiden käsittelyssä auttaminen tukevat lasta hänen surutyössään. Elämänmuutoksen aiheuttama sopeutumistehtävä on vaativa ja voimia kuluttava tehtävä, ja sopeutuakseen uuteen elämäntilanteeseen moni tarvitsee muiden ihmisten apua, oli kyse aikuisesta tai lapsesta (Saari 2000).

2.3 Sosiaalinen tuki surijan apuna

Monet lesket kokevat yksinäisyyttä menetettyään elämänkumppaninsa (Trivedi ym. 2009). Lesken sosiaalinen asema ja suhde lähipiirissä oleviin ihmisiin voi muuttua puolison menettämisen myötä. Moni leski jää asumaan yksin ja myös ystävät ja tutut voivat etääntyä. Yksinäisyyteen voi liittyä yksinäisyydentunteen lisäksi käytännöllisiä haasteita, kun pitää opetella elämään ja tulemaan toimeen omillaan. Tuomisen (1994) tutkimuksen mukaan kaksi viidestä suomalaisleskestä kokee yksinäisyyttä. Saman tutkimuksen mukaan monilla leskillä on kuitenkin varsin aktiivinen sosiaalinen elämä.

Sosiaalisella tuella on monien tutkimusten mukaan suuri merkitys erilaisista elämän kriisitilanteista, kuten leskeytymisestä selviytymisessä ja hyvinvoinnissa (Bankoff 1983; Kaunonen ym. 1999; Khosravan ym. 2013; Michael ym. 2003; Russo 2013;). Sosiaalisen tuen muotoja on erilaisia; tärkein tuki saadaan usein perheeltä ja ystäviltä. Myös vertaisilta saatu tuki on leskille usein tärkeää, ja esimerkiksi Suomen nuoret lesket ry:n yksi tärkeimmistä tehtävistä on tarjota vertaistukitoimintaa nuorille leskille (Suomen nuoret lesket ry). Tarvittaessa myös yhteiskunta voi tarjota sosiaali- ja terveydenhuollon apua leskille, esimerkiksi kriisi- tai traumaperäisissä menetyksissä leski voi tarvita psykiatrista hoitoa. Kaunosen, Tarkan, Paunosen ja Laippalan (1999) tutkimus osoitti, että noin 10 % suomalaisleskistä piti ammatillista apua merkittävänä surusta selviytymisessä.

Joidenkin tutkimusten (esim. Bankoff 1983; Kaunonen ym. 1999) mukaan perheen tuella on suurin merkitys leskelle etenkin puolison menetyksen alkuvaiheessa. Kaunosen ja kollegoiden (1999) tutkimukseen osallistuneista leskistä noin 69 % mainitsi lähimmät perheenjäsenet, pitäen sisällään enimmäkseen omat lapset tai lapsenlapset, tärkeimmäksi sosiaalisen tuen lähteeksi. Toiseksi tärkeimmäksi (41 %:ssa vastauksissa) mainittiin ystävät. Jotkut tutkimukset taas korostavat ystävien ja vertaisten tuella olevan suurempi merkitys etenkin myöhäisemässä vaiheessa, kun leskeytymisestä on kulunut enemmän aikaa. Donnellyn ja Hinterlongin (2010) tutkimuksessa korostettiin vertaistuen merkitystä ja leskien sosiaalisen osallisuuden todettiin lisääntyvän vertaistukitapahtumiin osallistumisen myötä. Tutkimuksen mukaan leskien vertaistukitapahtumiin osallistuminen korvaa jossain määrin parisuhteen menetyksen aiheuttamaa tyhjiötä.

Bankoff (1986) on tutkinut leskien saamaa vertaistukea ja niitä tekijöitä, jotka edistävät ja vähentävät leskien todennäköisyyttä hankkia ja saada vertaistukea. Ensiksi tuen hankkimiseen ja saamiseen vaikuttaa lesken ikä, koulutus ja sosioekonominen asema. Nuoremmat, korkeasti koulutetut ja taloudellisesti hyvässä asemassa olevat lesket tukeutuvat ystäviin ja vertaisiin muita todennäköisemmin. Lisäksi lesken hyvä terveydellinen tilanne lisää tuen hakemista ja saamista. Myös persoonalliset tekijät, kuten itsetunto, tarve sosiaaliselle kanssakäymiselle ja omat, puolista riippumattomat sosiaaliset kanssakäymisistä muiden

kanssa vaikuttavat tukeen. Hyvä terveydellinen ja taloudellinen tilanne, sosio-ekonominen asema ja koulutus ja itsetunto sekä oma aktiivisuus parantavat todennäköisyyttä saada sosiaalista tukea vertaisilta (Bankoff 1986). Jos siis usealla elämän osa-alueella asiat ovat kunnossa, lesken on myös helpompi olla aktiivinen ja hakea itselle vertaistukea.

Saatu sosiaalinen tuki ei kuitenkaan aina paranna lesken hyvinvointia. De Vriesin ja kollegoiden (2013) tutkimuksessa ilmeni hieman yllättäen, että perheeltä ja ystäviltä enemmän apua saavat kärsivät myös enemmän masennuksesta ja surusta kuin vähemmän sosiaalista apua saavat. Tämä voi selittyä myös sillä, että tunnekeskeiset ihmiset (those with more emotional intense responses) myös tuntevat voimakkaampaa tarvetta hakeutua sosiaalisiin kontakteihin, kun taas sosiaalisesti eristäytyneiden tuen tarvetta ei välttämättä havaita. Eri tavoin surua käsittelevät ihmiset myös hakeutuvat eri tavalla kontakteihin ihmisten kanssa. Jos surija haluaa käsitellä tunteitaan ja on ulospäin suuntautuva, hän todennäköisesti myös hakeutuu sellaisten henkilöiden seuraan joiden kanssa voi puhua surustaan, mutta ei välttämättä saa haluamaansa vastiketta (Erjanti & Paunonen-Immonen 2004).

Miller, Smerglia ja Bouchet (2004) tekivät meta-analyysin sosiaalisen tuen merkityksestä leskille. Tutkimuksessa ilmeni, että sosiaalisella tuella on myönteisten vaikutusten lisäksi myös kielteisiä vaikutuksia joihinkin leskiin. Monien tutkimusten mukaan koetulla sosiaalisella tuella on myönteisiä vaikutuksia leskeksi sopeutumiseen, mutta saatu tuki ei aina tuo myönteisiä seurauksia suruprosessiin (Bankoff 1981; Miller ym. 2004). Sosiaalinen tuki ja apu saattaa myös lisätä surua (Miller ym. 2004). Etenkin vertaistuen kautta saatu tuki voi ylläpitää surua, mutta edistää samalla surutyötä ja menetyksen hyväksymistä.

Myös tuen laatu vaikuttaa siihen, koetaanko sosiaalinen apu hyödylliseksi ja hyvinvointia lisääväksi. Millerin (1998) tutkimuksen mukaan niin lesket kuin eronneet naiset kokivat materiaalisen tuen lähinnä lisäävän ahdinkoa, kun taas kuuntelulla ja neuvomisella ei ollut juurikaan vaikutusta lesken hyvinvointiin. Dyregrov (2008) on tutkinut läheisen menettäneiden ihmisten kokemuksia sosiaalisen tuen merkityksestä, ja todennut perheeltä ja ystäviltä saadun tuen olevan

usein merkityksellistä ja voimaannuttavaa. Esimerkiksi menetyksen kokijan kuuntelu, arkielämässä auttaminen ja kannustaminen sosiaalisiin tilanteisiin auttavat surijaa surutyössä (Dyregrov 2008). Toisinaan läheiset eivät kuitenkaan osaa suhtautua oikealla tavalla surijaan, vaan saattavat vältellä surijaa tai keskusteluissa vältellä puhumasta menehtyneestä henkilöstä. Surijat saavat usein oikeutetusti myötätuntoa osakseen, mutta voivat joutua myös välttelyn kohteeksi ollessaan ns. surun symboleina (Erjanti 1999). Monet läheisen menettäneet henkilöt kokevat tärkeäksi, että on joku kenelle voi puhua avoimesti mistä vain.

2.4 Leskiäidin roolin ja identiteetin muutos

Läheisen ihmisen menettäminen vaikuttaa henkilön elämään monella eri alueella, mikä muokkaa minäkuva ja identiteettiä (DeGarmo & Kitson 1996; Lund & Caserta 1998). Läheisen ihmisen menettäminen voi olla traumaattinen tapahtuma, joka muuttaa ihmisen elämänarvoja (Saari 2000). Traumaattisen elämäkokemuksen myötä ihminen tulee usein tietoiseksi omasta haavoittuvaisuudestaan, jonka jälkeen ihminen alkaa kyseenalaistaa myös omaa maailmankuvaansa ja elämäkatsomusta ja arvioida elämänarvojaan uudelleen. Tällaisissa tilanteissa perheen ja ihmissuhteiden arvo saa vahvemman merkityksen.

DeGarmon ja Kitsonin (1996) mukaan sekä lesket että eronneet joutuvat puolison menetyksen jälkeen rakentamaan minäkuvaansa ja identiteettiään uudelleen. Heidän tutkimuksensa mukaan leskien identiteetti kuitenkin joutuu voimakkaammin horjutuksi ja uudelleenarvioitavaksi, sillä leskien kohdalla omalla valinnalla ei ollut tekemistä puolison menetyksen kanssa. Sekä eronneiden että leskien kohdalla suurempi identiteetin muutos ennusti suurempaa psykologisten ongelmien riskiä ja päinvastoin. Sopeutuminen uuteen tilanteeseen helpottaa identiteetin uudelleen rakentamista.

Erjanti (1999) kuvailee mm. itsetutkiskelun, ajattelun murroksen ja oman todellisuuden mieltämisen muutoksen surun ulottuvuuksiksi. Leskille on tyypillistä esittää itselle kysymyksiä ja etsiä selityksiä kuolemalle sekä pohtia oman

elämän ja identiteetin muutosta. Myös elämän tarkoituksen ja oikeudenmukaisuuden sekä omien arvojen pohtiminen on osa ajattelun murrosta ja uuden identiteetin etsintää (Erjanti & Paunonen-Immonen 2004; Saari 2000).

Lopata (1994) on tutkinut naisen rooleja ja sitä, kuinka naisen roolit muuttuvat leskeytymisen myötä. Lopatan mukaan nainen menettää leskeytymisen myötä myös vaimon roolin puolison menehtyessä ja tilalle tulee lesken rooli. On yksilöllistä, kuinka paljon oma identiteetti, rooli ja asema yhteiskunnassa muuttuvat puolison menehdyttyä. Etenkin identiteetin ja sosiaalisen aseman muutokseen vaikuttaa se, kuinka paljon nainen on avo- tai avioliiton aikana luonut identiteettiään ja sosiaalisia kanssakäymisiä puolisonsa mukaan (Lopata 1994).

Krokin (2009) yksinhuoltajaäitien haastattelututkimuksen mukaan äidit joutuvat usein selittämään yksinoloaan, sillä kahden vanhemman muodostamaa ydinperhettä pidetään edelleen normina - moninaisten perhemuotojen yleistymisestä huolimatta. Tutkimuksen mukaan yksinhuoltajaäidit kokevatkin ulkopuolisten suhtautuvan kielteisesti yksinhuoltajiin. On yksilöllistä, miten naiset itse kokevat asemansa äitinä ja naisena. Krok (2009) jaottelee yksinhuoltajaäidit yksin oleviin ja itsenäisiin naisiin, riippuen naisen omasta suhtautumisesta perhemuotoonsa. Siinä missä Krokin (2009) tutkimukseen osallistuneet naimattomat ja eronneet äidit perustelevat yksinoloaan kunnottomalla isällä, leskiäitien yksinololle löytyy kuitenkin luonnollinen ja hyväksyttävä syy, sillä yksinolo ei ole ollut vapaaehtoista. Russon (2003) tutkimuksen mukaan monet yksinhuoltajavanhemmat joutuvat arvioimaan uudelleen perhearjen rutiineja, arvojaan ja kasvatuskäytänteitään. Vanhemmuuden käytänteet ja kasvatustavat ovatkin tärkeä osa erityisesti yksinhuoltajien omaa identiteetin rakentamista (Russo 2003).

Kun ihminen kokee suuren menetyksen elämässään, kuten sairastumisen tai läheisen kuoleman, ihmisen elämän tarinaan tulee usein elämäkerrallinen katkos, joka muuttaa henkilön elämän suuntaa (Neiemyr 2005). Elämäkerrallinen katkos pysäyttää tavalla tai toisella henkilön elämän jatkuvuuden tunteen, ja pysäyttää pohtimaan omaa elämäänsä uudessa valossa (Sugarman 2001). Lesket joutuvat puolisonsa menettäessään sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen ja moniin elämänmuutoksiin.

Frank (1995) on kirjoittanut ”haavoittuneista tarinankertojista” (wounded storyteller), joilla hän viittaa sairauden kanssa eläviin tai sairaudesta jo toipuneisiin ihmisiin. Vaikka kehon sairastuminen ei ole sama asia kuin läheisen ihmisen menettäminen, voidaan myös leskeytymistä ajatella samankaltaisena elämän käännekohtana (Sugarman 2001) kuin sairastumista, sillä molemmissa kertoja on joutunut kohtaamaan jonkin elämää mullistavan tilanteen. Frank (1995) erottelee haavoittuneista tarinankertojista kirjoittaessaan kolme kertojatyyppeä: toipumistarinat (restitution narratives), kaaoskertomukset (chaos narratives) ja etsintäkertomukset (quest narratives). Toipumistarinoissa tarinankerronta noudattaa tyypillistä juonikaavioita, jossa kertoja kohtaa sairauden ja toipuu siitä tai oppii elämään sen kanssa. Kaaoskertomuksissa kertoja elää sairauden keskellä eikä kykene ottamaan etäisyyttä omaan tilanteeseensa, minkä vuoksi loogisen, juonellisen tarinan kerronta ei ole mahdollista. Etsintäkertomuksia kuvastaa se, että sairaus on tuonut jotain uutta kertojan elämään tai muuttanut häntä ihmisenä, mitä ei välttämättä ilman koettelemusta olisi tapahtunut. Samaa luokittelutapaa voidaan soveltaen hyödyntää myös elämänmuutoksen kokeneisiin leskiin.

2.5 Perhearki ja perhesuhteet leskiperheissä

Perhearjen määrittely on haastavaa, sillä se on niin tavallinen osa ihmisen elämää ja koko ajan läsnä perheen elämässä. Rönkä ja Korvela (2009) määrittelevät perhearjen prosessiksi, jota perheenjäsenet luovat ja rakentavat yhdessä ja erikseen materiaalisiin, henkisiin ja sosiaalisiin tarkoituksiin. Myös ajallisuus ja tila liittyvät arjen määritelmiin. Salmen (2004) mukaan erilaiset yhteiskunnalliset institutiot, kuten työpaikat, koulut, kaupat ja muut palvelut rakentavat aikakäsitystämme ja arki toimii pitkälti näiden aikarakenteiden rajoissa. Perhearki on osa jokaisen ihmisen arkielämää, mutta se tapahtuu perhe-kontekstissa. Rutiinit ovat tärkeä osa arkea, sillä ne ovat käyttäytymismalleja ja ne organisoivat toimintojen aikaa, kestoja ja järjestystä (Zisberg, Young, Schepp & Zysberg 2007). Lisäksi rutiinit heijastelevat pitkällä aikavälillä yksilön maailmaa, elämäntapaa ja jopa identiteettiä.

Arki koostuu sellaisista toiminnoista, jotka toistuvat ja luovat näin jatkuvuutta ja turvallisuutta (Tuovinen 2014). Rutiineilla on tärkeä merkitys turvallisen perhearjen kannalta. Leskiperheissä arjen käytännöt ja rutiinit voivat kuitenkin muuttua, kun puoliso ja lasten toinen vanhempi menehtyy ja puuttuu perheestä. Tuovisen (2014) tutkimuksessa avioeron tai leskeytymisen vuoksi yksinhuoltajiksi päätyneet isät kokevat rutiinien järjestävän perhearkea ja luovan turvallisuutta avioeron tai puolison kuoleman jälkeen. Useimmiten arki kuitenkin liitetään naisiin ja perhe-elämää pidetään tärkeänä osana naisten arkea (Krok 2009).

Suhosen ja Salmen (2004) haastattelututkimuksen mukaan yksinhuoltajien arkikokemuksissa korostui yksinpärjäämisen pakko ja omin voimin selviytyminen. Monille etenkin pienten lasten yksinhuoltajille hoitojärjestelyt tuottivat vaikeuksia. Lisäksi yksinhuoltajat kokivat haasteita työn ja perhe-elämän sekä oman vapaa-ajan yhteensovittamisessa kahden vanhemman perheitä enemmän ja työaikojen joustavuus koettiin tärkeäksi. Helpotusta arkeen toi tukiverkostot, jotka auttoivat mm. lastenhoidossa ja tarjosivat mahdollisesti myös taloudellista tukea. Monilla haastateltavilla omat vanhemmat tai sisarukset olivat tärkeitä tukijoita, mutta apua ja tukea saatiin myös naapureilta ja tuttavilta (Suhonen & Salmi 2004).

Perhearjen dynamiikkaan tulee muutoksia ja perheenjäsenten roolit muuttuvat, kun perhe menettää perheenjäsenen kuoleman, avioeron tai muun syyn takia (Lopata 1973; Messner 1996). Muutos koskee sekä puolisonsa menettänyttä perheen äitiä että perheen lapsia, jotka menettävät isänsä. Sekä äiti että lapset joutuvat usein uudenlaiseen asemaan ja omaksumaan uudenlaisen roolin toisen menehtyneen perheenjäsenen jättäessä tyhjän aukon perheeseen (Poiijula 2002).

Nuorilla leskillä on vanhoja leskiä todennäköisemmin vielä kotona asuvia lapsia, jolloin leskeyden myötä myös perherakenteet muuttuvat. Siinä missä äidin, myös perheen lasten rooli voi muuttua toisen vanhemman puuttuessa perheestä. Messnerin (1996) mukaan yksinhuoltajaperheissä nuoret kokevat voimakkaampaa tarvetta itsenäistyä ja ottaa joko voimakkaamman auktoriteettiase-

man ja/tai autonomisemman aseman perheessä kuin kahden vanhemman perheissä. Yksinhuoltajaperheen vanhemmat lapset saattavat ottaa enemmän vastuuta kodinhoidosta ja nuorempien sisarustensa huolehtimisesta tai osallistua perheen päätöksentekoon. Myös Tuovisen (2014) tutkimuksessa ilmeni nuorten vanhempi-lapsi-suhteiden korvaamista muilla suhteilla toisen vanhemman puuttuessa. Hänen mukaansa perheen äidin kuoltua sisarukset tai sukulaisnaiset voivat ottaa kasvattajan ja tukijan roolin, ja etenkin perheen vanhin tytär joutuu usein ottamaan vastuun nuorempien sisarusten ja kodin hoidosta.

Leskeksi jäänyt äiti tai isä usein myös jakaa lapsilleen vastuuta ja tehtäviä, jotka ovat aiemmin kuuluneet puuttuvalle vanhemmalle (Johnston and Campbell 1988). Tämä voi saada aikaan sen, että vanhemman ja lapsen suhteesta tulee kaverillisempi, jolloin vanhemman on vaikeampi käyttää auktoriteettiaan lapsiin (Messner 1996). Etenkin avioeroperheissä lapset ja nuoret voivat kuitenkin myös vastustaa vanhempiaan ja saada enemmän vapauksia, mikä vähentää perheen yhdessä vietettyä aikaa.

Vanhempien erotessa vanhemmat kohdistavat lapsiinsa vähemmän huomiota ja käsittelevät enemmän omia tarpeita (Messner 1996). Myös leskivanhemmat voivat omaan suruun keskellä jättää lapsen huomioimisen vähemmälle (Erjanti & Paunonen-Immonen 2004). Messnerin (1996) mukaan myös perheen rakenteen muutokset häiritsevät nuoren kehityksellistä prosessia. Toisen vanhemman menetyksen ja perheen rikkonaisuuden vuoksi nuori saattaa kokea tarvetta itsenäistyä nopeammin kuin kahden vanhemman perheissä. Yhden vanhemman perheen lapset voivat kokea aikaisemmin tarvetta mennä töihin ja tienata rahaa etenkin, jos perheen talous on tiukalla. Sen myötä nuori ottaa myös enemmän vastuuta itsestään (Messner 1996). Erjanti ja Paunonen-Immonen (2004) esittävät, että lapsen tai nuoren roolin muutos perheessä ja vastuun lisääntyminen voi auttaa tätä toipumaan surusta. Liian vahva auttajan rooli voi heidän mukaansa kuitenkin myös estää nuorta käsittelemästä omia tunteitaan ja samalla on vaarana oman lapsuuden menettäminen.

Useiden tutkimusten mukaan toisen biologisen vanhemman puuttuminen perheestä asettaa perheen riskialttiimmaksi köyhyyteen ja lasten menestyksen

heikentymiseen (Biblarz & Gottainer 2000; McLanahan 2009; Russo 2013). Vaikka tutkimuksissa on todettu, että yhden vanhemman perheen lapset ovat suurem-
massa riskissä heikompaan koulumenestykseen (Messner 1996), on yksinhuolta-
juus McLanahan (2009) mukaan vain yksi riskitekijä muiden joukossa, joka lisää
mm. koulun keskeytyksen todennäköisyyttä. Sen sijaan yksinhuoltajaperheiden
heikentynyt taloudellinen asema, etenkin köyhyysrajan alapuolella eläminen, se-
littää perherakennetta enemmän lasten heikompa koulumenestystä ja aikuisiän
ekonomista asemaa.

Messnerin (1996) tutkimuksessa yhden vanhemman ja kahden vanhemman
perheiden teini-ikäisten lasten koulumenestyksessä oli eroja, mutta menestystä
määritteli enemmän muut asiat kuin se, asuiko nuori yhden vai kahden vanhem-
man kanssa. Kahden vanhemman perheen lapsilla oli esimerkiksi vähemmän
poissaoloja ja he saivat enemmän tukea opintoihinsa vanhemmiltaan kuin yhden
lapsen perheissä, mikä voi selittää eroja koulumenestyksessä. Biblarz ja Gottainer
(2000) ovat tutkineet vertaillen avioeron ja leskeytymisen vuoksi yksinhuoltajiksi
tulleita äitejä ja heidän perherakenteita ja lasten menestystä. Tuloksissa selvisi,
että avioeroperheiden lapset suorittavat kahden vanhemman perheiden lapsia
epätodennäköisemmin lukion (high school) ja korkeamman asteen koulutuksen
ja heillä on todennäköisemmin ongelmia psykologisessa hyvinvoinnissa. Sen si-
jaan leskeytyneiden yksinhuoltajaäitien lapset eivät merkittävästi eronneet näillä
osa-alueilla kahden vanhemman perheen lapsista. Koska leskiäidit eivät ole va-
linneet perinteisestä poikkeavaa perherakennetta, he pitävät eronneita äitejä tiu-
kemmin kiinni perinteisistä perhearvoista, mikä osaltaan selittää eronneiden ja
leskiäitien lasten eroja esimerkiksi koulumenestyksessä (Biblarz & Gottainer
2000).

Biblarzin ja Gottainerin (2000) mukaan avioeroperheiden lasten heikompa
koulumenestystä voidaan selittää mm. sillä, että toisen vanhemman puuttuessa
vanhempi-lapsi-suhteesta voi tulla kaverillisempi. Tällöin vanhemman osalli-
suus ja valvonta jää vähäisemmäksi ja autoritaarinen vanhemmuustyylili tai lai-
minlyönti voi lisääntyä, jolloin lapsen ja nuoren koulumenestyskin voi kärsiä.
Larsonin ja Gillmanin (1999) tutkimuksen mukaan salliva vanhemmuustyylili

myös lisää negatiivisten tunteiden siirtymistä äidiltä lapselle. Vaikka joissakin tapauksissa avioero- ja leskiperheet voidaan rinnastaa toisiinsa, Biblarzin ja Gottainerin (2000) tutkimuksessa leskiperheiden lasten menestys ei eronnut merkittävästi kahden biologisen vanhemman perheistä.

Aquilino (1994) on tutkinut nuorten aikuisten suhteita naimisissa oleviin, eronneisiin ja leskivanhempiinsa. Tutkimuksen mukaan vanhempien avioero heikentää lasten ja vanhempien välistä suhdetta lasten vielä asuessa kotona, mutta myös silloin, kun vanhemmat eroavat lasten jo aikuistuttua. Sen sijaan nuorten aikuisten suhde leskeksi jääneeseen äitiin ei juuri eroa suhteesta naimisissa olevaan äitiin. Tyttäreiden suhde leski-isiin usein heikentyy ainakin aluksi, mikä usein johtuu siitä, äidin puuttuessa isät ja lapset eivät pidä niin tiiviisti yhteyttä toisiinsa, kun naimisissa olevat isät pitävät yhteyttä lapsiin usein äidin kautta (Aquilino 1994). Messnerin (1996) mukaan yksinhuoltajuuden myötä vanhempien ja lasten yhdessä vietetty aika usein vähenee, kun yksinhuoltajaäiti tai isä on yksin vastuussa arjen toiminnoista ja perheen elättämisestä, mikä saattaa heikentää lapsen itsetuntoa.

Larsonin ja Gillmanin (1999) tutkimuksen mukaan yksinhuoltajaäitien ja heidän teini-ikäisten lasten välillä tapahtuu tunteiden siirtymistä eniten kotioloissa. Etenkin äitien negatiiviset tunteet siirtyvät lapsiin, kun taas tunteiden siirtyminen toiseen suuntaan oli vähäisempää. Tutkimuksen mukaan äidin viettämisen oman ajan ja sosiaalisten suhteiden vähäisyys lisäsi äidin kokemaa stressiä ja ahdistusta, joka siirtyi äidiltä myös lapsiin. Tämän perusteella äidin hyvinvoinnista huolehtiminen on tärkeää koko perheen kannalta (Larson & Gillman 1999).

2.6 Menetyksestä kohti hyvinvointia

Leskien elämänhallintaa ja hyvinvointia on tutkittu mm. Benightin, Floresin ja Tashiron (2001) kyselytutkimuksessa, jossa tuoreita leskiä pyydettiin arvioimaan omaa suhtautumistaan ja kykyjään erilaisiin tilanteisiin ja toimintoihin liittyen. Tutkimusta varten tehdyn mittarin avulla tutkittiin, millaisia vaikutuksia eri osa-

alueilla oli leskien elämänhallintaan ja hyvinvointiin. Tutkimuksessa lesken autonomisuus, elämän tarkoituksenmukaisuus ja ympäristön hallinta lisäsivät uuteen elämäntilanteeseen sopeutumista ja sitä kautta emotionaalista ja psyykkistä hyvinvointia. Lesket, jotka toipuvat puolison kuolemasta, voivat paremmin sekä fyysisesti että henkisesti. Tutkimus vahvistaa, että henkilön myönteisellä minäpystyvyydellä ja omakuvalla on vaikutusta kykyyn selviytyä menetyksestä ja sitä kautta lesken hyvinvointiin.

Puolison menetyksestä seuraa muutoksia sosiaalisissa suhteissa, sillä lesket joutuvat muodostamaan sosiaalista verkostoaan osittain uudelleen. Uuden parisuhteen aloittaneiden leskien suhteet edesmenneen puolison sukulaisiin ja yhteisiin ystäviin usein heikkenevät uuden parisuhteen ja uusien ystävien myötä (Tuominen 1994). Tuomisen (1994) tutkimuksen perusteella lesket kuitenkin luovat myös uusia ystävyys-suhteita: noin puolet kaikista leskistä ja noin kolme neljästä alle 50-vuotiasta leskistä olivat solmineet uusia ystävyys-suhteita puolison kuoleman jälkeen. Uusien sosiaalisten suhteiden luominen oli tutkimuksen mukaan yleisempää sosiaalisesti muutenkin aktiivisille leskille. Mieslesket avioituvat huomattavasti naisleskiä useammin, mutta ystävyys-suhteiden luomisessa sukupuolella ei Tuomisen mukaan ole merkitystä.

Leskien hyvinvointi on tutkitusti heikompaa kuin naimisissa olevien ikätovereiden (Ben-Zur & Michael 2009; Ory & Huijts 2015). Ben-Zurin ja Michaelin (2009) naimisissa olevien, leskien ja eronneiden hyvinvointia vertaileva tutkimus osoitti, että sekä lesket että eronneet kokivat heikompaa tyytyväisyyttä elämään kuin naimisissa olevat henkilöt. Sopeutuminen psyykkisesti ja sosiaalisesti uuteen elämäntilanteeseen oli tutkimuksen mukaan leskillä heikompaa kuin eronneilla. Tämä voi selittyä sillä, että puolison menetykseen ei voinut vaikuttaa ja että leskien surutyö voi kestää eronneita kauemmin. DeGarmo ja Kitson (1996) esittävät, että lesket usein myös ajattelevat paljon myönteisemmin menetetyistä puolisoistaan kuin eronneet, sillä etenkin länsimaiselle kulttuurille on tyypillistä ns. puhdistaa ja pyhittää vainajat. Koska kuolema on lopullinen eikä siihen ole pystytty vaikuttamaan toisin kuin avioeroon, vainajaa muistellaan lämmöllä.

Leskiäidit pitävät myös eronneita ja naimattomia äitejä tiukemmin kiinni perinteisistä perhearvoista, joihin saattaa liittyä ajatus elinikäisestä avioliitosta, minkä vuoksi uudelleen avioituminen voi tuntua vieraalta ajatukselta (Biblarz & Gottainer 2000). Lesket jäävät eronneita todennäköisemmin elämään yksin: tutkimukseen osallistuneista leskistä 76 % ja eronneista 54 % vastaushetkellä eivät olleet uudessa parisuhteessa (Ben-Zur & Michael 2009). Suomalais tutkimuksen mukaan uudelleen avioituvat lesket menevät useimmiten naimisiin toisen lesken kanssa, koska heidän on helppo samaistua tosiinsa (Tuominen 1994). Naislesket avioituvat tutkimuksen mukaan uudelleen miehiä epätodennäköisemmin. Mieslesket avioituvat paitsi useammin, miehet päätyivät myös nopeammin uuteen suhteeseen kuin naislesket. Ikärakenteesta johtuen naisleskillä on vähemmän tarjontaa kuin miehillä, mutta tämä ei ole ainut syy. Naiset myös arvostavat omaa autonomiaansa ja vapautta uudessa elämäntilanteessa, jonka vuoksi uusi avioliitto ei välttämättä houkuttele. Uudelleen avioituminen on kuitenkin yleisempää nuorilla leskillä kuin vanhemmilla (Tuominen 1994).

Tutkimusten mukaan leskeydestä toipuminen on naisille vaikeampaa kuin miehille (De Vries, Utz, Caserta & Lund 2013). Kuitenkin Oryn ja Huijts:n (2015) tutkimuksen mukaan naisleskien hyvinvointi miesleskiä parempi. Leskeyteen sopeutumiseen vaikuttaa myös menehtyneen henkilön ikä ja menehtyneen henkilön ympärillä vallinneet olosuhteet (Michael ym. 2003). Puolison kuolemasta kulunut aika vaikuttaa lesken hyvinvointiin - mitä kauemmin menetyksestä on kulunut, sitä parempaa on leskien hyvinvointi (De Vries ym. 2013). Myös hyvä terveydellinen tilanne, jälkikasvu ja uskonnollisuus edistävät puolison menetyksen jälkeistä hyvinvointia (De Vriesin ym. 2013; Michael ym. 2003; Ory & Huijts 2015). Tutkimusten (Lopata 1973; Ory & Huijts 2015) perusteella korkea koulutustaso ja hyvä tulotaso edistävät leskien sosiaalisia kontakteja erityisesti ystävien kanssa, minkä on todettu parantavan leskien sopeutumista elämään puolison kuoleman jälkeen.

3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS

Olemassa oleva leskitutkimus on painottunut myöhemmän iän leskien tutkimiseen. Sen sijaan nuoriin leskiin ja erityisesti leskiperheisiin kohdistunut tutkimus on vähäistä ja osin vanhaa, eikä Suomessa ole vastaavia tutkimuksia tehty. Leskiperheiden perhearkea ja perhesuhteita on tarkasteltu enimmäkseen muihin yksinhuoltajaperheisiin verrattuna. Tämän vuoksi pidän tärkeänä tutkia leskiäitien kokemuksia perhearjesta, perheenjäsenten rooleista ja perheenjäsenten välisistä suhteista. Leskitutkimuksessa on korostettu erityisesti surutyötä ja sosiaalisen tuen merkitystä leskeydestä selviytymisessä. Haluan tässä tutkimuksessa kuitenkin keskittyä tutkimaan, miten leskiäidit kirjoittavat leskeytymisestään. Tavoitteena on saada kokemuksiin pohjautuvaa tietoa leskien kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista ja perhearjesta. Koska aiheesta on vain vähän aiempaa tutkimusta, tässä tutkimuksessa haluan kartoittaa aihetta laajempänä kokonaisuutena. Tutkimuksen on myös tarkoitus olla hyödyksi Suomen nuoret lesket ry:lle ja sen jäsenille.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millaisena nuoret leskiäidit kertovat leskeytymisprosessinsa, sekä sen osana kuvaavat perhearkeaan, perheenjäsenten välisiä suhteita ja omaa hyvinvointiaan. Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaisena leskeytymisprosessi näyttäytyy leskiäitien kirjoitelmissa?
2. Millaisia muutoksia leskeys on tuonut nuorten leskiäitien perhearkeen ja perhesuhteisiin?
3. Mitkä asiat ovat merkityksellisiä leskiäitien hyvinvoinnille?

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Narratiivinen lähestymistapa leskeytymisen tutkimuksessa

Tämä tutkimus oli luonteeltaan laadullinen, ja sen tarkoituksena oli kuvailla tutkittavaa ilmiötä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010; Varto 1996). Tieteellisessä tutkimuksessa tutkittavaa ilmiötä tulisi tarkastella mahdollisimman objektiivisesti ja avoimesti. Johanssonin, Egeberghtin ja Dahlbergin (2008) mukaan tutkijan on kuitenkin mahdotonta päästä irti esiyymmärryksestä, joka tutkijalla on, ja jonkinlainen esiyymmärrys aiheesta on tutkijalle välttämätöntäkin. Johanssonin ja kumppaneiden mukaan tutkija voi kuitenkin pyrkiä kontrolloimaan esiyymmärrystään, jotta tutkittavaa ilmiötä voidaan tarkastella uudessa valossa, mihin pyrin tässäkin tutkimuksessa. Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä myös prosessinomaisuus, ja eri tutkimuksen vaiheita ei voida erottaa tiukasti toisistaan (Kiviniemi 2010).

Tutkimusmetodiksi valikoitui laadullinen narratiivinen tutkimus, koska tutkittavien kokemus leskeytymisestä ja koettu muutosprosessi välittyivät tutkimuksen aineistoksi valitun kirjoitelmien ja kerronnan kautta. Narratiivinen tutkimus tarkastelee kokemuksia tarinankerronnan avulla. Hänninen (1999) määrittelee tarinan merkityskokonaisuudeksi, joka jäljittelee elämää ja toimintaa ja joka on ajallinen kokonaisuus. Tarinassa on yleensä alku, loppu ja juoni, jotka yhdessä ajan ja paikan kanssa muodostavat tarinan (Syrjälä 2010). Sisäisellä tarinalla Hänninen (1999, 20–21) tarkoittaa ihmisen mielen sisäistä prosessia, ”jossa ihminen tulkitsee omaa elämäänsä tarinallisten merkitysten kautta”, kun taas kertomus on tarinan esitetty muoto, joka voi sisältää useampiakin tarinoita.

Barkhuizenin (2013) mukaan tarinankerrontaprosessissa kertoja viittaa johonkin kokemukseen tai tapahtumaan, joka on erillään kerrontahetken ajasta ja paikasta. Kokemus tai tapahtuma on siis tapahtunut menneessä tai tulevassa ja kerrontatilanne voi vaikuttaa siihen, millä tavalla tarinaa kerrotaan (Barkhuizen

2013). Tässä tutkimuksessa tutkittavat kertoivat kokemuksistaan elämää muuttaneesta tapahtumasta, puolison menehtymisestä, ja sen aiheuttamista muutoksista elämään.

Tarinoiden avulla paitsi kerrotaan tarinaa, ne myös muokkaavat kokemusta ja antavat niille merkityksen (May 2001). Kaunismaa ja Laitinen (1998) kuvailevat narratiivisen tekstin tuottamista kolmivaiheisena prosessina, johon kuuluu esiymmärrys, juonellistaminen ja uudelleenymmärrys. Tarinan kertojalla on toiminnasta esiymmärrys, jonka pohjalta hän luo toiminnasta tai tapahtumista juonellisen kertomuksen. Tarinan kerronta taas muokkaa esikäsitystä tapahtumasta tai ilmiöstä, mikä jälleen vaikuttaa kerrottuun tarinaan. Näin ollen tarinan kertominen auttaa myös kertojaa kokemuksen ymmärtämisessä (Kaunismaa & Laitinen 1998). De Finan (2013) mukaan narratiivit eli kertomukset ovat diskursiivisia tuotteita, jotka ovat sopeutumisen ja neuvottelun välineitä. Hän määrittelee narratiiviset viittaukset (narrative references) tavaksi kertoa jostakin tapahtumasta, asenteesta, toiminnasta tai jonkin henkilön sanomisesta.

Heikkisen (2010) mukaan narratiivisuus pohjautuu konstruktiviseen tietoteoriaan ja näkemykseen, jonka mukaan ihmiset rakentavat, konstruoivat, tietonsa ja identiteettinsä kertomusten välityksellä. Tieto siis rakentuu aikaisemman tiedon ja kokemuksen pohjalta ja muuttaa jatkuvasti muotoaan ihmisen elämäkokemuksen myötä. Narratiivista tutkimusotetta on tästä syystä myös kritisoitu, sillä ne eivät kerro eivätkä niiden ole tarkoituskaan kertoa totuutta (Heikkinen, Huttunen & Kakkori 1999). Tarinoiden ei kuitenkaan ole tarkoitus kertoa totuutta todellisesta elämästä, vaan sitä, millaisia merkityksiä ja tulkintoja tarinankertoja kertomukselleen antaa (esim. Heikkinen ym. 1999; Hänninen 1999). Heikkinen (2010) myös kuvailee Bruneria mukaillen, että narratiivisen tietämisen tarkoitus on vakuuttaa todentunnusta (versimilitude) totuuden (truth) sijaan. Todentuntu on Heikkisen mukaan tunne jostakin sellaisesta, joka puhuttelee tarinan kuulijaa tai lukijaa tämän oman elämäkokemuksen kautta.

Kertomukset ovat kielellisiä tuotteita, jotka voivat olla joko kirjallisesti tai puhumalla tuotettuja (Hänninen 1999). Syrjälän (2010, 257) mukaan kerrotut tarinat ovat monikerroksisia, ja ne heijastelevat kulttuurista ja yhteiskunnallista

kontekstia. Hännisen (1999, 22) mukaan ihminen voi saada tarinansa kertomisen avulla sosiaalisia vaikutuksia ja kerrotut tarinat siirtyvät ”sosiaalisiin tarinavarantoihin”, joista kuulijat voivat käyttää eri tarinoita hyväksi oman elämänsä tulkitsemisessa. Myös tutkija tulkitsee tarinaa omasta kulttuurisesta kontekstistaan käsin ja oman kokemusmaailmansa pohjalta.

Esimerkiksi Hänninen (1999) ja Jähi (2004) pitävät narratiivista tutkimusta hyvänä menetelmänä tutkia elämänmuutoksia ja erityisesti kielteisiä elämänmuutoksia. Hänninen (1999, 73) kirjoittaa elämänmuutoksista:

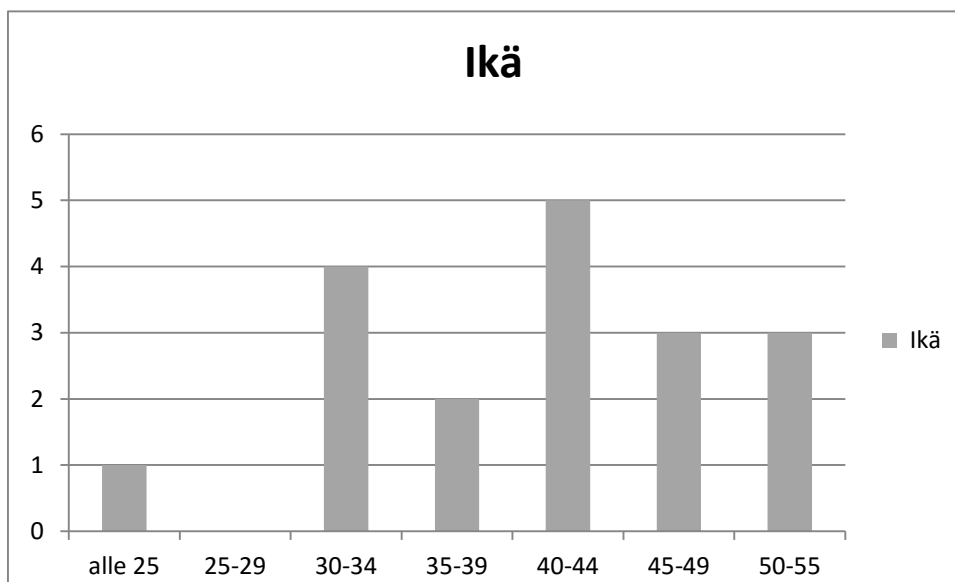
Tarinallisen elämänmuutostutkimuksen lähtökohtana on kysymys siitä, miten ihmiset selviytyvät vaikeistakin elämänmuutoksista muovaamalla tapahtumille annettuja merkityksiä. Merkitysten muodostaminen nähdään yksilön elämäntilanteesta ja -historiasta nousevana, luovana ja kulttuurisia merkityksiä hyödyntävänä prosessina.

Elämänmuutoksen kokenut ihminen voi kokea tarinankerronnan myös terapeutisena tapana käsitellä vaikeaa elämäntapahtumaa, sillä tarinan kertominen auttaa jäsentämään tarinankertojan omaa elämää (Notko 2011). Tämän vuoksi tarinankerronta usein helpottaa myös surutyötä (Poijula 2002). Tarinankertomista käytetään esimerkiksi psykoterapiassa yhtenä keinona päästä elämäkriisistä yli ja luoda tulevaisuuteen uusia näkökulmia (Heikkinen ym. 1999).

Rimmon-Kenanin (2002) mukaan monissa elämänekertatarinoissa, joissa on jokin elämää järkyttänyt muutos, kuten sairastuminen, onnettomuus tai läheisen menehtyminen, tarinankertoja jakaa tarinansa kahteen osaan: ennen ja jälkeen muutoksen. Tarinankertoja saattaa myös kertoa omaa elämäänsä, kuin se olisi jonkun muun elämää. Osa leskistä jakaa elämänsä aikaan ennen ja jälkeen puolison kuoleman. Elämänmuutos voi lamaannuttaa, tai se voidaan tulkita haasteeksi, jota pyritään hallitsemaan aktiivisella toiminnalla, myönteisyydellä ja huumorilla (Hänninen & Polso 1991, 14, Tuovisen 2014 mukaan). Sugarman (2001) kuvailee elämänekerrallisia avaintekijöitä, joista yksi on ns. *narrid experience*, elämän pahin hetki tai kokemus, jollaisena puolison yllättävää kuolemaakin voidaan pitää.

4.2 Tutkittavat, tutkimuksen eteneminen ja kirjoitelmat tutkimusmenetelmänä

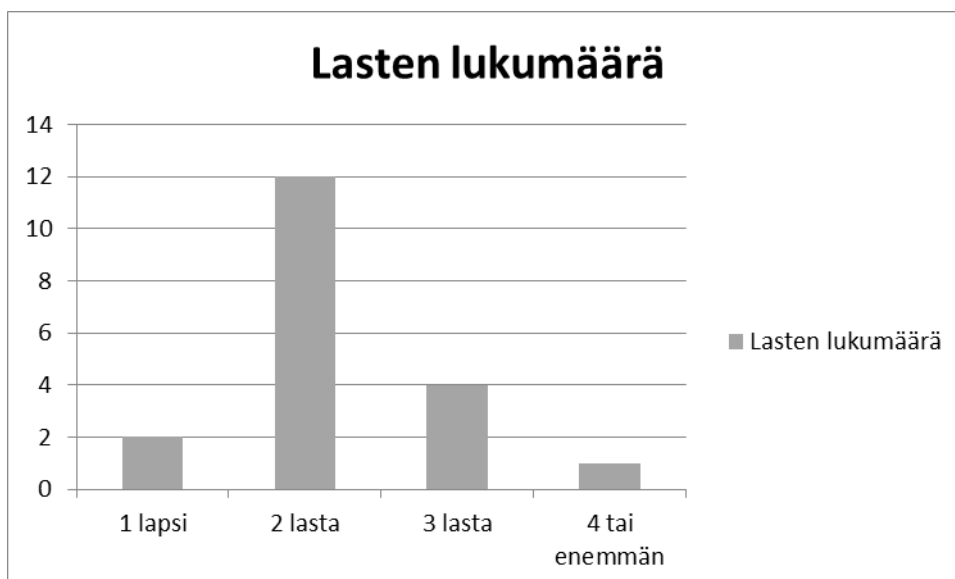
Tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat leskiäitejä, joilla oli vähintään yksi kotona asuva alle 18-vuotias lapsi. Yksi vastaajista oli vasta tuleva äiti, sillä hän odotti ensimmäistä lastaan ja menetti raskauden aikana miehensä. Tulevana äitinä ja leskenä hän oli joutunut pohtimaan monia samoja arkeen ja vanhemmuuteen liittyviä asioita kuin muutkin leskiäidit, joten päätin ottaa kirjoitelman mukaan tutkimukseen. Kuviot 1, 2 ja 3 kertovat tutkimukseen osallistuneiden leskien taustatietoja. Kuviossa 1 on esiteltyä tutkittavien ikäjakauma. Suurin osa tutkimukseen osallistuneista oli 30–44 vuotiaita. Yhden tutkittavan ikä ei ollut tiedossa. Kuviossa 2 on kuvattuna leskeytymisestä kulunutta aikaa, joka vaihteli suuresti: muutamasta kuukaudesta yli 15 vuoteen. Kuviossa 3 on kuvattuna tutkittavien lasten lukumäärä. Suurin osa perheistä oli kaksilapsisia. Myös lasten iät vaihtelivat suuresti – taaperoikäisistä aikuisiin lapsiin.



KUVIO 1. Tutkittavien ikäjakauma



KUVIO 2. Leskeytymisestä kulunut aika tutkittavilla



KUVIO 3. Tutkittavien lasten lukumäärä

Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Suomen nuoret lesket ry:n kanssa. Suomen nuoret lesket ry on valtakunnallinen yhdistys, jonka tarkoituksena on tarjota nuorille leskille vertaistukea ja tukitoimintaa, antaa ohjausta ja neuvontaa leskille, sekä pyrkii edistämään leskien asemaa oikeudellista asemaa Suomessa (Suomen nuoret lesket ry). Yhdistys levitti tutkimuspyyntöä jäsenilleen. Koska kyseessä on valtakunnallinen yhdistys ja yhdistyksellä on jäseniä eri puolilla

Suomea, kirjoitelmat mahdollistivat sen, ettei tutkittavan asuinpaikalla ollut merkitystä tutkimukseen osallistumiseen. Kirjoitelmapyyntö on liitteenä (Liite 1). Murtorinne-Lahtinen (2011) korostaa kirjoitelmapyyntön vapaamuotoisuutta, vaikka se saattaakin tuoda kirjoitelmien tulkintaan haasteita. Tutkija kuitenkin ohjeistuksen sanavalinnoillaan antaa suuntaviivoja toivotuista kirjoitusaiheista (Murtorinne-Lahtinen 2011).

Tässä tutkimuksessa tutkittavien kokemustietoa pyrittiin saamaan kirjallisten tuotosten avulla, jolloin tutkittava itse on tuottanut tekstin omaelämäkerrallisesta tapahtumasta (May 2001). Kirjoitelmien avulla on esimerkiksi haastattelua helpompi tavoittaa tutkittavia ympäri Suomea ja tarinankerronta soveltui tutkittavan aiheen tarkasteluun. Henkilökohtaisesta ja sensitiivisestä aiheesta kertominen kirjoittamalla on monelle luonteva tapa ilmaista itseään ja kertoa tarinaa omasta elämästä (Murtorinne-Lahtinen 2011). Kirjoitelmissa myös tutkijan vaikutus aineiston sisältöön on pienempi ja tutkittavalla on vapaus kertoa ja jättää kertomatta sellaisia asioita, joita hän itse haluaa (Murtorinne-Lahtinen 2011). Avoimen kirjoitelmapyyntön avulla saa kuitenkin syvällisempää kokemustietoa kuin pelkän kyselyn avulla, minkä takia en kokenut pelkkää kyselyä riittäväksi tutkimusta ajatellen. Vaikka aihe voi olla joillekin vastaajille arka ja henkilökohtainen, kirjoitelman kirjoittaminen voi joillekin tutkittaville olla myös omaa ajatusta jäsentävää (Notko 2011). Bennett ja Vidal-Hall (2000) perustelevat narratiivista lähestymistapaa leskitutkimuksessa sillä, että kertomusten kirjoittaminen antaa vaikealle ja merkittävälle elämäntapahtumalle merkityksen ja auttaa tutkittavia luomaan uutta identiteettiä. Heidän mukaansa kertomukset myös auttavat kirjoittajaa ymmärtämään järjettömältä tuntuvaa tapahtumaa, jonka puolison kuolema on aiheuttanut ja sitä kautta helpottaa leskiä jatkamaan omaa elämäänsä. Sekä sisäinen dialogi ja kirjoittaminen että muiden kanssa puhuminen helpottavat tätä prosessia (Bennett & Vidal-Hall 2000).

Kirjoitelmien haasteena on kuitenkin se, että niiden ohjeistus ja sisältö on esimerkiksi haastatteluaineistoa väljempi. Tutkittavat saavat itse valita, mitä kertovat ja mitä jättävät kertomatta. Tämä aiheuttaa sen, että kirjoitelmissa tulee ilmi

paljon erilaisia asioita, jolloin niiden vertaileminen voi olla haastavaa (Murtorinne-Lahtinen 2011). Toisaalta kirjoitelmissa voi tulla esille myös sellaisia asioita, joita tutkija ei osaisi esimerkiksi haastattelussa kysyä. Anonyyminä pysyminen ja se, että tutkittava saa itse valita mitä kertoo voi myös rohkaista osallistumaan tutkimukseen ja kertomaan jotain omasta elämästään, kun taas kynnyks haastatteluun osallistumiseen voi olla isompi (Murtorinne-Lahtinen 2011).

Kirjoitelmien hankinta tapahtui nettikyselyn kautta ja sähköpostitse. Nettikyselyssä oli kirjoittamista helpottavia kysymyksiä ja vastauslaatikko, johon vastaus kirjoitettiin kirjoitelmamuotoisesti (Liite 2). Lisäksi nettilinkissä kysyttiin taustatietoina vastaajan ikäryhmää, kauanko aikaa leskeytymisestä oli kulunut sekä lasten lukumäärää ja ikää. Vaihtoehtoisesti oli mahdollista lähettää kirjoitelma sähköpostitse esimerkiksi Word-liitteenä. Pidin tärkeänä, että tutkimukseen oli mahdollista osallistua täysin anonyymisti, johon nettikysely antoi mahdollisuuden. Sähköpostiosoite taas usein antaa vihjeen lähettäjän nimestä. Nettikyselyä pidin matalan kynnyksen osallistumismuotona, johon saattoi halutessaan vastata nopeasti. Sähköpostiliite taas mahdollisti sen, että kirjoitelmaa pystyi halutessaan kirjoittamaan useammassa vaiheessa ja tallentamaan omalle tietokoneelle. Myös nettilinkkiin oli mahdollista liittää valmiiksi kirjoitettu teksti. Erillisten kirjoitelmien kirjoittaminen vaatii tutkittavalta enemmän viitseliäisyyttä, joten nettikyselyyn saattaa vastata sellaisiakin henkilöitä, jotka eivät sähköpostitse kirjoitelmaa lähittäisi. Lisäksi Surveypal- nettikyselyjärjestelmä oli monille jäsenille jo entuudestaan tuttu, sillä Suomen nuoret lesket ry on teettänyt sen avulla mm. tapahtumien palautekyselyjä ja muita tutkimuksia. Sähköpostitse lähetetyt kirjoitelmat olivat keskimäärin hieman pitempiä kuin nettilinkin kautta tulleet, mutta suurta eroa tekstien laaduissa ei ollut.

Kirjoitelmapyyntö lähetettiin Suomen nuoret lesket ry:n jäsenille sähköpostitse. Lisäksi tutkimuspyyntö ja linkki nettikyselylomakkeeseen laitettiin yhdistyksen nettisivuille, verkkoyhteisöön ja Facebook -sivuille sekä sähköiseen jäsenkirjeeseen. Tutkimuspyyntö lähetettiin tammikuussa 2015. Sain yhteensä 19 kir-

joitelmaa, joista 16 tuli nettikyselylomakkeen ja kolme sähköpostin kautta. Kirjoitelmien pituus vaihteli puolesta sivusta neljään sivuun, ja useimpien kirjoitelmien pituus oli yhdestä kahteen sivua.

4.3 Aineiston analyysi

Analyysissä hyödynnettiin teorian tietoa, mutta myös aineisto ohjasi analyysiä. Näin ollen kyseessä oli teoriasidonnainen lähestymistapa, jossa aineistolähtöisyys ja valmiit teoreettiset mallit vaihtelivat (Tuomi & Sarajärvi 2009). Teoriasidonnaiseen tutkimukseen kuuluu abduktiivinen päättely, jossa aineistosta ja teoriasta saatuja tietoja yhdistellään toisiinsa. Aineisto ja teoria ovat vuorovaikutuksessa keskenään, ja käsitteellistäminen tapahtuu vähitellen aineistonkeruun ja analyysin aikana. Tätä voidaan kutsua abstrahoinniksi (Kiviniemi 2010). Aineiston käsitteellistäminen ja teoriaan sitominen tapahtui tässäkin tutkimuksessa vähitellen analyysin edetessä.

Aineiston analyysin ensimmäinen vaihe oli aineistoon tutustuminen ja sen lukeminen. Lukemisen ohessa aloitin aineiston koodaamisen ja analyysiyksiköiden etsimisen aineistosta. Esimerkiksi Bennett ja Vidal-Hall (2000) sekä Lieblich (1998) ohjeistavat narratiivisen analyysin alussa lukemaan aineistoa ilman ennako-oletuksia ja luottamaan siihen, että teksti ”puhuu” lukijalleen. Aineistoon tutustumisen jälkeen luokittelin kirjoitelmista sisällönanalyysiä hyödyntäen temaattisia kokonaisuuksia, jotka jäsenyivät alaluokiksi ja niiden pohjalta laajemmiksi yläluokiksi (Liite 3). Sisällönanalyysi sellaisenaan ei kuitenkaan tuntunut riittävältä tavalla analysoida rikasta ja koskettavaakin aineistoa.

Narratiivinen analyysi antoi välineitä elämänmuutosten ja muiden vastaavien prosessien kuvaamiseen (Hänninen 1999). Narratiivisen analyysin aloitin antamalla jokaiselle kirjoitelmalle sisältöä kuvaavan nimen ja tekemällä kirjoitelmista juonitiivistelmät (Fraser 2004). Tämän jälkeen pyrin löytämään, mitä samantyyppisiä ja erilaisia kirjoitelmissa oli ja millaisia temaattisia sisältöjä kerronnassa esiintyi (Lieblich 1998).

Tarinan rakenne voidaan jakaa kuuteen elementtiin, joista tarina yleensä koostuu, mutta joita kaikkia ei esiinny kaikissa tarinoissa (Labov 1972; ks. Riessman 2008, 92). Tarinan elementit ovat tiivistelmä (abstract), orientaatio (orientation), toiminnan kuvaus (complicating action), arviointi (evaluation), ratkaisu (resolution) ja lopetus (coda) (Labov 1972). Tiivistelmä kertoo lyhyesti tarinan tarkoituksen, orientaatiolla johdatellaan kuulijaa yksityiskohtaisempaan toiminnan kuvaukseen. Sen jälkeen kertoja usein arvioi omaa toimintaansa ja ajatteluun sekä esittää tarinan lopputuleman ja arvioi tapahtuneen suhdetta nykyhetkeen. Käytin tätä menetelmää selkiyttämään kirjoitelmien rakennetta ja apuna tarinoiden jakamisessa tarinatyyppeihin.

Tarinatyyppejä muodostaessa kohdistin huomion siihen, millä tavalla kirjoittajat kertoivat menetyksestä, surusta ja yleensä suhtautumisesta elämään sekä koko leskeyden aikana että kirjoitushetkellä. Tarinatyyppejä muodostaessa hyödynsin Frankin (1995) sairaskertomuksille kehitettyä luokittelua, mutta sovelsin sitä leskeytymiselle ja tälle aineistolle soveltuvaksi. Tarinatyyppit ja niissä esiintyvät tyypilliset piirteet on esitetty taulukossa 1.

TAULUKKO 1: Tarinatyyppit

TARINATYYPPI	KIRJOITELMAT	TARINATYYPIN KERRONNALLISIA PIIRTEITÄ
Surun keskellä kertojat	K7, K16, K14	kerronnan hajanaisuus kysymysten esittäminen kerronnassa kertoja ei aktiivinen toimija, vaan olosuhteiden uhri
Identiteetin etsintäkertomukset	K1, K2, K5, K13, K19	ulkoisista ja sisäisistä muutoksista kertominen aktiivinen toimijuus uusien toimintatapojen omaksuminen
Suruun sopeutumisesta kertojat	K4, K6, K9, K10, K15	kertominen menetyksen vaikutuksista elämään surun kanssa elämään oppiminen

		selviytymiskeinoista kirjoittaminen
		kirjoittaminen ajasta ennen ja jälkeen puolison kuoleman
Toipumisesta kertojat	K3, K11, K17, K18	elämäntilanteen monipuolinen tarkastelu
		kerronnassa myös myönteisiä asioita
		uusien asioiden oppiminen ja ymmärtäminen menetyksen jälkeen
Suuresta vastuusta kertojat	K8, K12	vastuun korostaminen
		vastoinkäymisistä kertominen

Frankin jaottelun mukaan kaaoskertomusten kertojat ovat tarinankertojilta, jotka elävät kriisin keskellä eivätkä ole kykeneväisiä kertomaan tarinaa objektiivisesti ja selkeästi, koska he eivät ole vielä ehtineet käsitellä kriisiä kunnolla. Näin ollen tarina ei etene normaalin tarinan juonirakennetta noudattaen. Tässä tutkimuksessa kirjoitelmat, joissa oli kaaoskertomuksen piirteitä, nimesin *surun keskellä kertojiksi*. Hiljattain leskeytyneet olivat usein jonkinlaisessa shokkitilassa, jolloin tarinankerronta oli ainakin joiltain osin epäloogista eivätkä noudattaneet tavanomaista kertomuksen juonikulkua.

Osa leskistä oli tehnyt suuria muutoksia elämässään leskeytymisen jälkeen. Tämä oli tapahtunut tekemällä konkreettisia muutoksia, kuten uudelle paikkakunnalle muuttaminen, tai sisäisesti oman identiteetin pohdintana, jonka seurauksena lesket pyrkivät toimimaan ja ajattelemaan uudella tavalla. Näissä tarinoissa oli piirteitä Frankin jaottelun mukaisesta etsintäkertomuksista. Nimesin tähän tutkimukseen tarinatyyppin *identiteetin etsinnästä kertojiksi*.

Niiden leskien kirjoitelmat, joilla menetyksestä oli kulunut useampi vuosi ja jotka olivat hyväksyneet menetyksen ja uuden elämäntilanteen, nimesin *toipumisesta kertojiksi*. Näissä kirjoitelmissa näkyi piirteitä Frankin jaottelun toipumistarinoista, joissa tarinankerronta noudattelee tavanomaista juonikulkua. Kirjoitelmissa korostui uuteen elämäntilanteeseen sopeutumisen. Tarinat, joissa oli piirteitä toipumiskertomuksista mutta joissa suru ja menetys olivat iso osa lesken elämää vielä kirjoitushetkellä, nimesin *suruun sopeutumisesta kertojiksi*. Viimeinen

tarinatyypiluokka on nimetty *suuresta vastuusta kertojiksi*, koska niissä korostui kertojan kokemaa vastuuta perheestä huolehtijana.

Tulosluvussa on käytetty lainauksia aineistosta. Jotta aineistolainaukset olisivat tarkoituksenmukaisia, niistä on poistettu joitakin epäolennaisia kohtia käyttämällä (--) merkintää. Tutkijan tekemät lisäykset ja selvennykset on merkitty hakusulkein [--].

4.4 Tutkimuksen luotettavuus

Kokemuksia tutkittaessa luotettavuuden arvioinnissa olennaista on tutkimuksen lähtöoletusten ja tutkimusprosessin kulun yksityiskohtainen reflektointi ja kuvaaminen (Perttula 1995). Koska laadullisessa tutkimuksessa ei voida arvioida mittarin tai muun vastaavan luotettavuutta, tutkijan kriittinen arvio tutkimusprosessista ja sen eri vaiheista on tärkein tutkimuksen onnistumisen kriteeri (Perttula 1995). Perttulan (1995) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin ytimessä on tutkimusprosessin kokonaisuuden ja tutkittavan ilmiön perusilmiön analyysin tärkeys. Tutkimusprosessi tulisi edetä johdonmukaisesti ja edetä tutkimusaineiston ehdoilla. Tutkijan vastuullisuus kaikissa tutkimuksen vaiheissa on tärkeä osa tutkimuksen luotettavuutta. Tässä tutkimuksessa pyrin refleктоimaan omaa toimintaani tutkijana ja antamaan riittävät tiedot tutkimuksesta sekä tutkittaville että raportoimaan tutkimuksen kulkua ja sisältöä lukijalle.

Halusin pitää kirjoitelmien kirjoittamisen ja palauttamisen mahdollisena sekä sähköpostilla lähetettynä että nettilinkin kautta, sillä Surveyspal -nettikyselypalvelu on Suomen nuoret lesket ry:n jäsenille tuttu ja matalan kynnyksen vastaamiskanava. Ennako-oletuksena oli, että nettikyselyn kautta tulisi enemmän vastaajia kuin pelkän sähköpostin välityksellä, ja näin kävikin. Kirjoitelman kirjoittaminen vaatii vastaajalta aikaa ja viitseliäisyyttä, minkä vuoksi osa saattaa jättää osallistumatta tutkimukseen. Omien kokemusten jakaminen, vertaisten auttaminen ja tutkimuksen kautta tuleva yhdistyksen jäseniä hyödyttävä tieto saattoi motivoida leskiä osallistumaan tutkimukseen (Notko 2011).

Narratiivisessa tutkimuksessa tutkimusaineiston todellisuuspohjaa voidaan kyseenalaistaa, sillä tarinoiden todellisuutta ei voida koskaan pitää varmana (Heikkinen ym. 1999). Hännisen (1999) mukaan narratiivisessa tutkimuksessa tutkijan eettinen velvollisuus on kuitenkin pyrkiä tulkintaa tehdessään luottamaan siihen, että tarina on kertojalleen tosi ja että tutkittava voi tunnustaa ja tunnustaa tarinan omakseen. Narratiivisessa tutkimuksessa ei siis ole tarkoituksenakaan saada objektiivista totuutta, vaan saada tutkittavan tulkinta omaan elämään perustuvista asioista.

Analyysin haasteena oli se, että minulla oli tutkittavana tutkimukseen osallistuneelta henkilöltä vain yksi kirjoitelma, jonka pohjalta tein tulkintoja. Tuloksista ei siis voida tehdä suoraa tulkintaa siitä, millainen kukin kirjoittaja on ihmisenä. Myös kirjoittamishetki vaikuttaa siihen, millä tavalla aihetta käsittelee. Tulee siis hyväksyä ja ottaa huomioon, että tulkinta kohdistuu yksittäisiin tarinoihin, ei niitä kirjoittaneisiin ihmisiin kokonaisuutena. Kirjoitelmissa oli kuitenkin paljon yhtäläisyyksiä ja niissä toistui samoja teemoja kerronnallisista eroista huolimatta. Kirjoitelmia oli myös riittävä määrä tarinatyyppiluokittelun tekemiseen.

4.5 Eettiset ratkaisut

Tutkimuksen tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä, johon kuuluu mm. tutkijan avoimuus, rehellisyys ja tutkimusprosessin kuvailu sekä muiden tutkijoiden työn kunnioittaminen (Kuula 2006). Tämän tutkimuksen aihe oli sensitiivinen ja jotkut tutkittavista saattoivat kokea aiheen arkaluontoiseksi. Tutkimus tulee Kuulan (2006) mukaan toteuttaa tutkittavien oikeuksia ja yksityisyyttä kunnioittaen. Tutkimusaiheen arkaluonteisuus huomioitiin jo tutkimusmenetelmää valittaessa - narratiivista tutkimusotetta pidetään ihmistä kunnioittavana ja näin eettisesti perusteltuna (Hänninen 1999; Murtorinne-Lahtinen 2011). Tarinan kertominen henkilökohtaisista asioista voi kuitenkin herättää kertojalle eheytyksen tunteen lisäksi myös kielteisiä tunteita (Notko 2011). Tämän vuoksi kirjoitelmaohjeistus oli tehty varsin avoimeksi niin, että tutkittavalla on vapaus valita, mitä asioita itsestään ja perheestään kertoo ja mitä jättää kertomatta.

Yksi tutkimusetiikkaan kuuluvista asioista on vapaaehtoisuus ja tutkittavien anonymiteetin säilyttäminen. Tässä tutkimuksessa tutkittavat osallistuivat tutkimukseen täysin vapaaehtoisesti ja heille annettiin riittävät tiedot tutkimuksesta. Tutkimusetiikkaan kuuluu myös tutkittavien informointi tutkimuksesta ja sen tarkoituksesta (Kuula 2006). Tutkimuksen tarkoituksesta ja kirjoitelmien säilyttämisestä kertominen oli tutkittaville osoitetun kirjoitelmapyyntön (Liite 1) ohessa.

Vastaajalla oli mahdollisuus lähettää kirjoitelma luottamuksellisesti suoraan tutkijalle sähköpostitse, jolloin kirjoitelma ei päätynyt kenenkään muun kuin tutkijan tietoon. Tutkittavat pystyivät osallistumaan tutkimukseen halutessaan myös täysin anonymisti (niin että sähköpostiosoitekaan ei tule tietoon) palauttamalla kirjoitelman Suomen nuoret lesket ry:n nettisivuilla olleen kyselylomakkeen kautta. Kyselylomakkeen kautta kirjoitetut kirjoitelmat päätyivät SurveyPal- nettikyselysovelluksen tietokantaan, johon oli lukuoikeudet kolmella Suomen nuoret lesket ry:n työntekijällä. Työntekijät tulostivat kirjoitelmat minulle, minkä jälkeen aineisto hävitettiin tietokannasta. Aineistoa käsiteltiin luottamuksellisesti.

5 TARINOITA LESKIÄITYYDESTÄ

5.1 Surun keskellä kertojat

Tähän tarinatyyppiin kuuluu kolmen hiljattain leskeytyneen naisen kirjoitelmaa. Koska leskeytymisestä oli kulunut vasta vähän aikaa, esiintyi kirjoitelmissa paljon ihmettelyä, epätietoisuutta ja vaihtelevista tunteista kertomista. Kirjoitelmissa oli piirteitä Frankin (1995) luokittelun kaaoskertomuksista, mikä näkyy kertomuksen normaalin juonikuvion puuttumisena ja kertomuksen epäloogisuutena. Kirjoitelmien rakenteesta ja sisällöstä voi päätellä, että suruprosessi oli vasta aluillaan.

Kirjoitelman 7 kirjoittaja oli jäänyt leskeksi raskautensa aikana ja odotti kirjoitushetkellä ensimmäistä lastaan. Hänellä ei vielä ollut kokemusta äitiydestä eikä perhearjesta, mutta hän kertoi ajatuksiaan vanhemmuudesta ja kasvatuksesta, vaikka se tuntuikin vaikealta ja pelottavalta: "Tunnen myös, että olen joutunut epäonnistunut tulevana äitinä, koska lapsemme joutuu syntymään tällaiseen elämäntilanteeseen, surun keskelle, ilman huolehtivaa ja rakastavaa isää." Kirjoittaja koki suurta surua ja ahdistusta tilanteestaan, mitä vaikeutti se, että hän joutui valmistautumaan synnytykseen ja vanhemmuuteen samalla kun käsitteli tuoreen aviopuolisonsa kuolemaa. "Koko asian haluaa tavallaan unohtaa, koska ajatus synnyttämisestä ilman miestäni vierelläni, tai lapsen kasvatusta yksin ilman miestäni tuntuvat ahdistavalta ja pelottavalta - pärjääkö yksin ja riitänkö yksin?" Hän oli muuttanut hänen ja miehensä yhteisestä kodista vanhempinsa luokse, jossa oma äiti oli apuna ja tukena. Siellä hän koki olonsa turvalliseksi, mutta tulevaisuuden suhteen oli paljon epätietoisuutta. Arkea rytmitti erilaisten hakemusten ja papereiden täyttäminen ja lähettäminen sekä asioista selvää ottaminen. Uuteen tilanteeseen sopeutuminen oli kesken ja paljon asioita oli vielä käsiteltävänä. "Nyt yritän vain selvitä jotenkuten päivästä ja iltaisin nukkumaanmenon aikaan, huokaan tavallaan helpotuksesta, kun ei yön aikana tarvitse näyttää koko ajan muille kuinka vahva on ja pidätellä kyyneleitä ja peitellä sisäistä pahoinvointia."

Toisella leskellä (kirjoitelma 16) oli kirjoitushetkellä kulunut leskeytymisestä vain kaksi kuukautta. Kirjoittaja kertoi menetyksestä kuluneeseen aikaan nähden selkeästi ja oli pohtinut monia muutoksia, joita leskeys on tuonut mukanaan. Hän pohti esimerkiksi omaa rooliaan äitinä, mutta omaa suruaan enemmän hän kirjoitti siitä huolesta, ettei pienillä lapsilla ole isää. Kirjoitelmassa oli kuitenkin paljon epätietoisuutta ja ihmettelyä, ja kirjoittaja esittää paljon kuka, mitä ja miksi -kysymyksiä, joihin ei ole vastausta ja joihin hän etsi vielä ratkaisuja. Kirjoittajan epätietoisuus liittyy isoksi osaksi yksin pärjäämiseen: ”Monia kysymyksiä kuka sen nyt tekee, minäkö vain?”. Omaa surua ei paljoa kirjoitelmassa käsitelty, vaan surusta kerrottiin enimmäkseen lasten näkökulmasta. ”Eniten mie suren asiaa muksujen kautta. Miksi heillä ei ole isää?”. Myös oman roolin muutos on tullut uutena asiana: ”Hassua on ajatella, et mie olen nyt se joka yksin päättää asiat, yksin huolehtii talon/talouden/kaikki”. Kirjoittaja kertoo leskeyden olleen rankkaa, mutta lapset auttavat jaksamaan: ”välillä (--) tekisi mieli heittää hanskat tiskiinkin, mutta en sitä tee koska minulla on kaksi ihanaa lasta jotka todella tarvitsevat minua nyt”.

Kirjoitelman 14 kirjoittajan puoliso oli joutunut henkirikoksen uhriksi, mikä hankaloitti jo muutenkin haastavaa leskeytymisprosessia. Leskeytymisestä oli kulunut noin vuosi kirjoitushetkellä. Koska kuolemaa ja henkirikosta käsitellään oikeudessa, jouti leski käsittelemään sekä omaa menetystä että tappajaan suhtautumista. Kirjoittaja kertoi menetyksen ja tapahtuneen käsittelyn aiheuttaneen hänelle monia haasteita, jotka vaikuttavat suuresti kirjoittajan elämään ja hyvinvointiin. ”Hyvinvointini on kärsinyt erittäin paljon, ja se on vaikuttanut myös jaksamiseen lasten kanssa”. Kertojalle tuotti vaikeuksia saada otetta elämään ja hän koki monet arkisetkin asiat ahdistavina. Tarinankerronta ei noudattanut juonikulkua, jossa olisi selkeä alku, juoni ja lopetus, vaan kerronta oli osin epäloogista ja sisälsi paljon kirjoittajalle avoimia kysymyksiä. ”Sitä en voi koskaan ymmärtää, miksi juuri me?”. Kirjoitelmasta ei selviä, viitataanko me-muodolla kirjoittajan itsensä lisäksi puolisoon vai perheeseen. Menetyksen käsittelyyn voi kirjoittajan mukaan mennä kauan aikaa: ”Itse olen ollut shokissa melkein vuoden.

Tapaus on käsittelyssä hovioikeudessa tulevaisuudessa, joten rankkaa tulee olemaan vielä edessäkin”.

5.2 Identiteetin etsinnästä kertojat

Tähän tarinatyyppiin kuuluu viisi kirjoitelmaa, joista kahdessa leskeytyminen oli koettu vasta hiljattain. Näiden leskiäitien kertomukset voitiin tulkita kertomuksiksi identiteetin etsinnästä. Kirjoitelmissa kerrottiin suurista muutoksista, joita kirjoittajat olivat tehneet leskeksi jäätyään. Niitä olivat olleet muutto ja paikkakunnan muutos, työuran muutokset, opiskelu ja oman arvomaailman uudelleenarviointi. Vaikka kirjoittajilla oli kulunut eri aika leskeytymisestä, niitä yhdisti muutoshakuisuus ja aktiivinen toimijuus uuden elämän ja identiteetin löytämiseksi. Tarinatyyppi noudattelee Frankin (1995) luokittelun mukaista etsintäkertomusta.

Ensimmäinen (kirjoitelma 1) identiteetin etsinnästä kertoja oli heti leskeytyksen jälkeen muuttanut kotiseudulleen, koska ei pystynyt jatkamaan kolmi-vuorotyötään ilman lastenhoitoapua entisellä paikkakunnalla. ”Niinpä päätin mieheni kuoltua muuttaa takaisin kotiseudulle 500km päähän lasten kanssa aivan vanhempieni naapuriin. Lapsilla jäi kaverit ja ihana kuviluokka ja minulta työ ja hyviä ystäviä.” Uudella paikkakunnalla oli lesken vanhemmat ja sisaruksia lähellä, ja heiltä saa apua kodin ja lasten hoitoon. Sukulaisilta saamastaan tuesta huolimatta kirjoittaja kuitenkin välillä koki olevansa yksin menetyksen kanssa, sillä muilla läheisillä ei ollut samanlaisia kokemuksia ja ymmärrystä leskeä kohtaan. Kirjoittaja kertoi siirtyneensä miehensä kuoleman jälkeen ”tunnottomuuden tilaan (mikä ehkä tavallaan myös suojaa minua) ja olen toiminut kuin robotti”. Kaipausta miestä kohtaan oli suuri, mutta leski kertoi päättäneensä selvittää, sillä ”sen lupauksen annoin miehelleni ja siitä pidän kiinni”.

Kirjoitelman 2 kirjoittaja oli halunnut jäädä entiseen kotiinsa asumaan ja samalla pitää lapsensa koulun tuttuina. Kirjoittaja pohti tarkasti monia arkielämän muutoksia ja haasteita, joita hän oli kokenut leskeksi jäätyään - talonhoidosta omaan ja nuorimman lapsensa arkirytmiiin. Hän kertoi myös tehneensä tietoisesti

elämässään monia muutoksia esimerkiksi työn suhteen ja pohti elämänsä tärkeysjärjestystä. ”Jäin opintovapaalle työpaikasta, missä olin jatkuvasti todella stressaantunut, ja opintojen päätyttyä yritänkin hakea ihan muuta työtä”. Vanhemmuuteen leskeys vaikutti siten, että leski pyrkii olemaan enemmän läsnä lapsilleen. Opintovapaalle jääminen oli itsensä kehittämisen lisäksi helpottanut lasten kanssa vietetyn ajan lisäämiseen. Kirjoittaja kertoi myös menossa olevasta identiteetikriisistään: ”Nyt kun on yksin, niin välillä tuntee itsensä jotenkin vajavaiseksi (--). Välillä tuntee myös itsensä jotenkin kummalliseksi ihmisten joukossa, koska ei sitä ole enää sama ihminen, elämä on muuttunut niin paljon reilussa puolessa vuodessa.”

Kirjoitelman 5 kirjoittaja oli tehnyt suuria muutoksia elämässään leskeytymisen jälkeen. Pian leskeytymisen jälkeen hän vaihtoi paikkakuntaa, jolloin myös lasten koulut ja kaveripiirit muuttuivat. Kirjoittaja kertoi sekä omien vanhempien että miehen vanhempien asuvan kaukana, joten ”meillä ei ollut tukiverkosta lähellä vaan kaikesta on pitänyt huolehtia itse”. Tämän vuoksi vertaistukiryhmästä saadut ystävyysuhteet ovat olleet tärkeitä. Ennen leskeytymistä kirjoittaja oli työttömänä ja hoiti miestänsä, mutta muuton jälkeen hän hakeutui jälleen työelämään ja opiskeli itselleen uuden ammatin. Kirjoitushetkellä hänellä oli vakituinen työpaikka ja hän opiskeli työn ohessa. Vaikka kirjoittaja näytti sopeutuneensa uuteen elämäntilanteeseen ja lasten kasvaessa suhtautunut kasvatukseen rennommin, hän kertoo arjen pyörittämisen olevan raskasta: ”välillä tuntuu että koko ajan pitää suorittaa eikä muista elää”. Hyvät välit lasten kanssa ja perheeseen otettu koira olivat kirjoittajalle iloa tuovia asioita.

Kirjoitelman 13 kirjoittaja oli kohdannut puolison kuoleman myötä muita ikäviä asioita, mikä vaikeuttivat menetyksen käsittelyä. Hän oli joutunut käsittelemään monia vaikeita asioita, minkä vuoksi surutyö on vienyt paljon aikaa, ja leskeytymisen alkuaikoina ”itse yritin keskittyä vain lasten kanssa pärjäämiseen/heidän tukemiseen ja yleensä normaaliin elämään ja ennen kaikkea laskujen maksamiseen ja papereiden pyörittämiseen”. Kirjoittaja kertoi myös leskeytymistä seuranneesta työuupumuksesta, ja vasta vuosien jälkeen sairaslomalla

hän pystyi käsittelemään menetystään ja etsimään uutta suuntaa elämälleen. Kirjoitushetkellä, kun tapahtuneesta oli kulunut jo useampi vuosi ja muita asioita on ehtinyt käsitellä, oli aikaa ja tilaa käsitellä itse menetystä. ”Välillä tuntuu että nyt vasta suren kuolemaa, aiemmin se on ollut ihan muuta”. Identiteettityö tuotti tulosta ja kirjoittaja kertoi kokeneensa valtavan kasvun ihmisenä, äitinä ja työntekijänä. ”Olen huomannut, että työ ei ole kaiken keskipiste ja tärkeysjärjestys on muuttunut. (--) olen nyt tajunnut, että omaan työhöni en enää palaa.” Kirjoittaja oli tehnyt tietoista työtä myös kasvatuksen suhteen, ja toivoi, että perheen sisällä voidaan keskustella myös vaikeammista asioista. ”Olemme lasten kanssa paljon avoimempia kuin ennen. Tuntuu, että vaikeistakin asioista pystyy paremmin kertomaan omalle perheelle.”

Kirjoitelman 19 kirjoittajalla leskeytymisestä oli kulunut jo suhteellisen pitkä aika, mutta leskeytyksen vaikutukset olivat arjessa läsnä edelleen. Kuten ensimmäisellä kertojalla, myös tämä kirjoittaja teki konkreettisesti isoja muutoksia, kuten muutto uudelle paikkakunnalle. ”Koin etten pystynyt jäämään entiseen. Konkreettisesti piti tehdä heti ja pian muutoksia. Että selittäisi, pystyisin jatkamaan jotenkin.” Leskiäitinä elämisen hän oli kokenut todella raskaaksi ja ”iso on taakka edelleen. (--) välillä iskee totaaliväsymys. Uskon kuitenkin että jaksan.” Kertojan mukaan surua esiintyi edelleen aika ajoin, ja oman kaipauksen lisäksi kirjoittaja suri sitä, että lapsilta puuttuu toinen vanhempi. Kirjoittaja kertoi kuitenkin muutoksista, joita hän perheineen oli oppinut leskeytyksen myötä: ”Teemme asioita nyt, emme lykkää matkoja yms. Tiedämme kaikki, miten hauras on ihmisen elämä. Luultavasti rakastamme, uskallamme rakastaa toisiamme syvemmin.”

5.3 Suruun sopeutumisesta kertojat

Puolison kuolema on asia, joka ei unohdu vuosienkaan jälkeen. Vuosien saatossa suurin osa leskistä kuitenkin hyväksyy menetyksen ja oppii elämään surun kanssa. Kun menetyksestä on kulunut tarpeeksi aikaa, jäsenyteen tarinan ker-

tominen helpottuu. Tämän tarinatyyppin kirjoitelmissa leskeyttä ja arjen muutoksia pohdittiin eri näkykulmista. Kertomuksissa huomioitiin sekä kielteiset että myönteiset muutokset, joita leskeys oli tuonut tullessaan. Useimmissa kirjoitelmissa leskeyteen oli pyritty sopeutumaan jatkamalla arkea monin osin kuten ennenkin, ilman suurempaa identiteetin etsintää, mutta suru ja yksin jäämisen varjo kuului kertomuksista.

Tähän tarinatyyppiin kuuluu viisi kirjoitelmaa, joiden kirjoittajilla leskeytymisestä oli kulunut jo useampi vuosi (yhdeällä 1-2 vuotta) ja menetystä oli ehditty käsittelemään, mutta suru oli edelleen voimakkaasti läsnä elämässä. Kerroksissa pohdittiin leskeytyksen tuomia käytännön muutoksia, omaa vanhemmuutta ja perhesuhteita, mutta myös surua ja tunteita. Suru oli vielä läsnä elämässä, mutta menetys hyväksyttiin ja uudessa tilanteessa nähtiin myös valoisia puolia. Arki saattoi olla edelleen haastavaa ja kaipaus puolisoa kohtaan olemassa. Lesket olivat löytäneet selviytymiskeinoja, joiden avulla olivat menetyksestä selvinneet. Haasteita toivat taloudelliset paineet, arjen pyörittäminen yksin ja vastuu koko perheestä.

Kirjoitelman 4 kirjoittaja kertoi hyvin lyhyesti tarinaansa avaamatta tunteitaan tai ajatuksiaan. Hän kuitenkin kertoi, että ”elämä muuttui todella paljon, jäin töistä kotiin. (--) Päivistä en olisi selvinnyt ilman joka päiväistä arkea, joka aamun pakkoherätyksiä”. Tämän perusteella ainakin leskeytyksen alkuaika oli haastavaa, mutta ”onneksi saatiin apua”. Omasta surustaan tai tämän hetken arkielämästä kirjoittaja ei kertonut, mutta kertoi nuoremman lapsensa vielä vuosien jälkeen ilmaisevan suruaan uudella tavalla.

Kirjoitelman 6 kirjoittajan leskeytymisestä oli kulunut jo varsin pitkä aika, mutta hän kertoi eläneensä koko leskeyden ajan lapsensa kanssa kahdestaan. Koska kirjoittaja oli ollut kauan ilman puolisoa, hän koki tarpeelliseksi selittää yksinoloaan. Suurimpina muutoksina leskeytyksen myötä hän kertoi olevan ”taloudellisen tilanteen heikkeneminen, pitää olla äiti ja isä lapselle, turvattomuuden tunne jos itselle sattuu jotakin.” Kirjoitelmassa hän pohti isän puuttumisen vaikutuksista perhearkeen ja kasvatukseen. ”Arjessa on pitänyt opetella miesten asioita hoitamaan ja lapsen kasvaessa huomaa, että isältä pojalle taidot

puuttuvat omalta lapselta”. Vaikka kirjoittajaa huoletti se, ettei lapsi ole saanut nähdä perheessä isän mallia ja että kaikki päätökset pitää tehdä yksin ainoana vanhempana, oli hänen mielestä kuitenkin ”ihanaa kasvattaa lastaan juuri niin kuin itse haluaa”.

Kirjoitelman 9 kirjoittajan leskeytymisestä oli muutama vuosi aikaa, ja hän kertoi puolison menetyksen olleen niin suuri muutos elämässä, että hän jakoi vieläkin perheensä elämän aikaan isän eläessä ja sen jälkeen. Kirjoittaja kertoi ensimmäisen leskeysvuotensa menneen ”aivan sumussa”. Kirjoittaja kertoi surun olevan edelleen läsnä elämässä, mutta oppineensa elämään surun kanssa. ”Yhä päivittäin suru ja kaipaus miestäni kohtaan tulee esiin, mutta olen jo oppinut, että elämä jatkuu”. Oman surunsa lisäksi hän suri tilannetta myös lasten kannalta, ettei heillä ole isää. Suru myös yhdisti perheettä entisestään: ”Raskas surumme on yhdistänyt meitä ja tehnyt meitä kolmen hengen tiiviin ryhmän, johon ulkopuolisilla ei ole asiaa”. Perheeseen otettu koira toi iloa ja rutiineja perheen arkeen. Kirjoittaja koki tilansa parantuneen ja hyvinvointinsa hyväksi. ”Päivä kerrallaan eteenpäin, askel askeleelta.”

Kirjoitelman 10 kirjoittaja kertoi leskeytyksen vaikutuksista elämäänsä sekä käytännön että tunteiden tasolla. Vaikka kirjoittaja suri ja kaipasi miestänsä, hän uskoi selviytyvänsä tilanteesta. ”Olen vakuuttunut, että ihminen selviää mitä ihmeellisimmistä asioista, kun muuta vaihtoehtoa ei ole. (--) On helpottavaa huomata, että oppii elämään surun kanssa.” Kirjoittaja on kohdannut leskeytyksen jälkeen myös toisen suuren haasteen elämässään, kun hänen nuorin lapsensa oli sairastunut vakavasti. ”Lapsen sairauden seuraaminen on ollut tuskallista. Olen kiitollinen, että sairaus puhkesi vasta sitten, kun syvin suruni miestäni kohtaan oli laantunut.” Vaikeuksista huolimatta kirjoittaja pysti näkemään myös hyviä asioita elämässä ja kirjoitelmasta välittyi usko tulevaan.

Kirjoitelman 15 kirjoittaja kertoi menettäneensä puolisonsa vuosi sitten jäädessä kahden pienen lapsen yksinhuoltajaksi. Hänen kerrontansa painottui lapsiin ja muutokseen perheenjäsenten välisissä rooleissa. ”Haasteellista on ollut ottaa se isän rooli perheessä. Minä olin se ’tylsä vanhempi’, isän kanssa leikittiin ja hasuteltiin”. Kirjoittaja kuvaili kuitenkin myös omaa suruaan ja hyvinvointiaan ja

kertoi irtiottojen ja ystävien tapaamisen auttavan jaksamaan. ”Olotila on yleensä ihan ok. Suru kävelee vierellä koko ajan, eikä kaipauskaan ole mihinkään hävinnyt. Mutta siihenkin tottuu.”

5.4 Toipumisesta kertojat

Toipumisesta ja uuteen elämäntilanteeseen sopeutumisesta kertojiin kuuluu neljä kirjoitelmaa, joiden kirjoittajilla leskeytymisestä oli kulunut jo pitempi aika. Puolison menetys ja sitä seurannut uudenlainen elämäntilanne oli muotoutunut omanlaisekseen. Nykyhetkeen ja tulevaisuuteen suhtauduttiin varsin myönteisesti, vaikei menetys koskaan unohdu. Edelleen arjessa saattoi olla haasteita, mutta on vaikea sanoa, johtuvatko ne yleisesti arjen haastavuudesta vai juuri leskeydestä. Nämä kirjoitelmat noudattavat pitkälti tavanomaisen tarinankerronnan juonikulkua, joissa elämän tuomat haasteet on kohdattu ja tilanne hyväksytty ja uuteen tilanteeseen sopeuduttu. Tämän tarinatyypin pohjalla on Frankin (1995) luokittelun toipumistarinat. Lesket olivat kehittäneet itselleen ja perheelleen selviytymiskeinoja, jotka olivat auttaneet toipumaan menetyksestä ja sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen. Toipumistarinoissa korostettiin tilanteen hyväksymistä ja niitä vahvuuksia, joita menetys oli kertojalleen tuonut.

Kirjoitelman 18 kirjoittajan puolison kuolemasta oli kulunut jo 15 vuotta, joten hän oli saanut etäisyyttä asiaan ja kykeni tarkastelemaan tilannetta ja leskeytyksen tuomia myönteisiä ja kielteisiä muutoksia ja vaikutuksia pitkällä aikavälillä. Kirjoittaja tarkasteli ajatuksiaan ja perheensä elämää erilaisista näkökulmista ja pohti sekä leskeytyksen alkuaikojakin että nykyhetkeä. ”Alkuvaiheessa leskeytyminen oli hyvin konkreettinen yksinhuoltajan tilanne, jossa on tarkkaan suunniteltava ajankäyttö ja sen jako työn, kotiaskareiden ja vapaa-ajan välillä”. Nykyistä perhearkea hän kuvasi seesteiseksi alkuvuosien surun hellitettyä ja arjen muotoutuessa uudelleen ja kirjoitelmasta huokui rauhallisuus ja hyväksyntä: ”Aika tuo lempeää etäisyyttä asiaan ja hyväksymällä puolisoni kuoleman osana hänen elämänkaartaan helpottaa omaa elämäänsä”. Kirjoitelmasta sai kuvan lämpimästä äidistä, jolle lasten hyvinvointi on tärkeää ja hän korosti myös avun

pyytämisen ja saamisen tärkeyttä. ”Aika ei aina riitä kaikkeen ja on oltava voimia hakea läheisten apua tai vertaistukea silloin, kun väsymys valtaa. Lasten ja oma hyvinvointi ja sen hoitaminen on tärkeintä ja antaa myöhemmin palkinnon”.

Kirjoitelman 3 kirjoittaja koki suurimpien haasteiden liittyvän taloudelliseen tilanteeseen, joka oli heikentynyt merkittävästi puolison kuoleman jälkeen. Myös sen, ettei kirjoittaja ollut löytänyt uutta puolisoa, hän selitti sillä että ”raha- huolet eivät anna mahdollisuutta vapaaseen liikkuvuuteen”. Leskeyden alkuvuosina ”lapset eivät hyväksyneet muita omia menoja kuin työn”, mutta myöhemmin kirjoittaja kertoi hankkineensa omia harrastuksia, mihin lapsetkin rohkaisivat. Kirjoittaja vaikutti kuitenkin pitävän nykytilannettaan varsin hyvänä ja kertoi leskeyden hyviksi puoliksi sen, että saa itse päättää miten lapsia kasvattaa ja miten rahaa käyttää. Kirjoitelma antoi vaikutelman, että uuteen elämäntilanteeseen oli sopeuduttu: ”Meillä olikin jonkin aikaa sellainen kausi, että puhuin, miten asiat tehtiin isän aikaan ja miten ne tehdään nyt. Nykyään en viittaa isän kauteen lainkaan”.

Kirjoitelman 11 kirjoittajalle oli tapahtunut melko paljon muutoksia elämässä ja arjessa leskeytymisen jälkeen. Puolison kuollessa hän oli hoitovapaalla pienen lapsensa kanssa, mutta kirjoitushetkellä hän työskenteli vakituisesti ja opiskeli työn ohessa. Hänellä oli myös uusi parisuhde. Vaikka kirjoittaja koki arjen asioista yksin huolehtimisen välillä raskaaksi, hän näytti kuitenkin sopeutuneen uuteen elämäntilanteeseen varsin hyvin. ”Kyllähän siihen tottuu, että ei ole sitä toista aikuista perheessä ja arjessa ja asiat rullaa kun on pakko.” Myös isovanhempien apu ja tuki oli tärkeä ja helpotti kirjoittajan elämää. Hän suhtautui myös vanhemmuuteen myönteisesti: ”Meillä on hyvät ja läheiset välit lasteni kanssa ja olen varmasti yhtä hyvä vanhempi kuin ennen leskeytymistä”. Kirjoittaja koki omasta hyvinvoinnista huolehtimisen tärkeäksi koko perheen kannalta: ”Itseään pitää pystyä hoitamaan, muuten ei jaksaa hoitaa kotia ja lapsia”.

Kirjoitelman 17 kirjoittaja koki perheensä elämän muotoutuneen uudelleen, omanlaiseksi ja kirjoituksessa näkyy tietynlainen tilanteen hyväksyntä: ”Nytkoen, että olemme jo ”me” - kolmen tytön kokonainen perhe. Vietämme viikoit-

tain perheiltaa ja olemme löytäneet uusia juttuja”. Perheen arjessa isovanhempien apu lasten ja kodin hoidossa oli tärkeä ja auttoi kirjoittajaa jaksamaan. Surua kirjoittaja käsitteli pääasiassa lasten näkökulmasta ja kertoi lasten voivan hyvin: ”Tällä hetkellä molemmat lapset tuntuvan voivan hyvin. (--) Toki etenkin nuorempi suree sitä, ettei isi ole jakamassa arkeamme”. Vaikka kirjoittaja tuntui suhtautuvan nykytilanteeseen varsin myönteisesti, kirjoitelman lopussa keskityttiin kuitenkin kielteisiin asioihin. ”Oma jaksaminen on ollut koetuksella myös töissä, jossa toimeentulopaineet ajoivat minut jossain vaiheessa yliyrittämiseen ja uupumiseen. Väsyn helposti myös kotona”.

5.5 Suuresta vastuusta kertojat

Kahdessa kirjoitelmassa vastuun kantamista painotettiin erityisen paljon, eikä niissä kerrottu paljoa surusta ja menetykseen suhtautumisesta. Tämän vuoksi ne muodostivat oman tarinatyyppin, suuresta vastuusta kertojat.

Kirjoitelman 8 kirjoittaja painotti vahvasti omaa vastuuta perheen asioiden kantajana ja kertoi haasteista, joita leskeys oli tuonut perhearkeen. ”Arki on kovaa aikatauluttamista ja organisointia. (--) Vastuu perheen pärjäämisestä on kuitenkin yksin sinulla”. Kirjoittaja keskittyi käsittelemään käytännön arjen muutoksista ja haasteista, joita oli leskeytymisen myötä kokenut. Hän korosti yksin pärjäämisen velvoitetta ja vastuuta päätösten teossa. Avun tarpeen myöntämisen ja avun pyytämisen hän koki vaikeaksi. ”Tuntuu siltä, että joutuu vaivaamaan monia ihmisiä omilla asioilla. Ennen ei tarvinnut. Pärjäsi omillaan”. Myös kasvatuksessa näkyi huoli lasten hyvinvoinnin turvaamisesta ainoana vanhempana. Vanhempana on kuitenkin myös oltava ”se tiukkakin äiti joka pitää langat käsissä”. Omasta surustaan hän ei kuitenkaan kirjoittanut. Syynä voi olla, ettei surusta varsinaisesti pyydetty kirjoittamaan, tai sitten surusta kertomatta jättäminen koettiin turvallisemmaksi.

Kirjoitelman 12 kirjoittaja koki suurimmaksi haasteeksi perhearjessa vastuun kantamisen: ”Arki on haastavaa, koska vastuuta ei mistään asiasta voi jakaa

toiselle vanhemmalle". Lapset ja lasten hyvinvointi meni äidin edelle, ja kirjoittaja toi esille omaa uhrautumistaan lasten puolesta. "Aikaa ja voimavaroja itsestä huolehtimiseen ei juuri jää tai valitsen itseni aina viimeiseksi.". Toisin kuin kirjoitelman 8 kirjoittaja, tämä kirjoittaja kertoo myös surusta. Myös tässä asiassa lasten surussa tukeminen meni oman surun edelle, ja "vasta sitten kun lapset olivat jaloillaan, tuli minun suruni vuoro ja se suo on tarvottava yksin". Selviytymiskeinoksi suruun kirjoittaja oli kuitenkin löytänyt zen-filosofian ja meditation, jotka kirjoittajan mukaan auttavat elämään hetkessä.

6 LESKIÄITIEN KOKEMUKSIA SURUSTA, PERHEARJESTA JA HYVINVOINNISTA

Lesket olivat kirjoitelmissa käsitelleet ja pohtineet paljon samanlaisia asioita riippumatta siitä kuinka kauan leskeytymisestä oli kulunut ja millaiseen tarinatyypin ne luokittelin kuuluvaksi edellisessä luvussa. Tarkasteltavina teemoina tässä luvussa ovat suru, perhearki ja hyvinvointi. Perhearki ja hyvinvointi olivat tutkimuskysymyksinä, joten niihin tarkastelu oli tulosten kannalta olennaista. Suru ei varsinaisesti kuulunut tutkimuskysymyksiin, mutta koska suru ja sen pohtiminen esiintyi niin voimakkaasti kirjoitelmissa, olen ottanut sen yhdeksi teemaksi.

6.1 Surun kanssa eläminen

Surun eri vaiheet ja suremisen tavat näyttäytyivät toisissa kirjoitelmissa selkeämmin, toisissa surusta kirjoittaminen oli vähäistä. Viidessä kirjoitelmassa leski ei kirjoittanut omasta surustaan juuri lainkaan, tai surusta kirjoitettiin vain lasten näkökulmasta. Kirjoitelmapyyynnössä ei ollut pyydetty kirjoittamaan surusta, mutta useimmissa kirjoitelmissa surun pohtiminen liittyi oleellisena osana arjesta ja hyvinvoinnista kertomiseen. Surusta ja sen aiheuttamista tuntemuksista kirjoitettiin esimerkiksi seuraavin kuvailuin:

Olen kokenut, että mieheni kuoleman jälkeen olen jotenkin tunnoton (K1)

Ensimmäinen vuoteni meni aivan sumussa (K9)

Välillä iskee totaaliväsymys (K19)

Saatan olla monta päivä alamaissa (K2)

Suru kävelee vierellä koko ajan (K15)

Se suo [oma suru] on tarvottava yksin (K12)

Leskeytymisestä kuluneella ajalla oli vaikutusta siihen, millä tavalla surusta puhuttiin. Suru vaikuttaa elämään kokonaisvaltaisemmin ja sureminen voi vaikuttaa merkittävästikin hyvinvointiin ja siihen, miten kykenee arjessa toimimaan, kun menetyksestä on kulunut lyhyt aika.

Hyvinvointini on kärsinyt erittäin paljon, ja se on vaikuttanut myös jaksamiseeni lasten kanssa. Olen tarvinnut paljon tukea äidiltäni, joka on auttanut lasten hoitamisessa, kun itse olen ollut shokissa melkein koko vuoden. (K14)

Myös muut ihmiset ovat voineet tehdä omat määritelmänsä siitä, miten kauan on sopivaa surra: ”Ympäristö ei enää jaksaa kiinnostua kuinka voin, heidän mielestään aikaa on kulunut jo niin kauan että eihän se nyt enää voi surra (K13)”. Menetyksen alkuvaiheessa suru voi myös tuntua niin kipeältä, että sitä haluaa paeta erilaisin keinoin, kuten konkreettisiin arjen asioihin keskittymällä. Tällöin suremisen käsittely voi siirtyä myöhemmäksi.

Kun leskeytymisestä oli kulunut pitempi aika, suru ja menetys eivät välttämättä näkyneet päivittäisessä arkielämässä yhtä voimakkaasti kuin aikaisemmin. Suru ei katoa kokonaan, mutta ”suru muuttaa muotoaan ja elämä jatkuu (K9)”. Menetyksestä selviytymien ja kamppailu arjen haasteiden parissa sekä kaipaus puolisoa kohtaan näyttäytyi joissakin kirjoitelmissa, vaikka aikaa olisi kulunut vuosiakin. ”Sisälläni on kuitenkin iso, ikuinen haava, joka aika ajoin ilmoittelee itsestään, usein ihan arvaamatta (K19)”. Toisaalta osa leskistä suhtautui menetykseen hyväksyen ja näki tilanteessaan myös myönteisiä asioita, vaikkei suru koskaan häviä kokonaan.

Surun kokeminen ja sen ilmaisu on kuitenkin yksilöllistä, eikä surusta selviytyminen etene samalla kaavalla ja aikataululla. Puolison menetyksessä oli myös monia asioita, joita lesket surivat. Toiset kertoivat menetyksen vaikutuksesta arjen haasteisiin ja taloudellisen tilanteen heikentymiseen, toiset ilmaisivat surevansa lastensa puolesta sitä, ettei heillä ole isää. Myös oma kaipaus puolisoa kohtaan tuli esille monissa kirjoitelmissa, ja kaipaus voi olla sekä fyysistä että henkistä.

Mieheni oli paitsi puolisoni, myös paras ystäväni. (--) Hänen kuoltuaan minulla ei ole ollut elämässäni aikuista ihmistä, joka olisi samalla tavalla kiinnostunut elämästäni ja jolla olisi samalla tavalla aikaa minulle. (K10)

Leskiäidit kokivat myös lapsen surun tukemisen olevan osana omaa tehtävää ja omaa surutyötä. Jotkut kokivat, että ensin pitää auttaa lapsia omassa surussaan, vasta sitten tulee oman surun vuoro. Ulkopuolinen apu voi olla tarpeen lapsen surun tukemisessa. ”Minua helpotti myös kun tiesin, että hänellä [lapsella] oli aikuinen jolle puhua (K17)”. Jotkut leskistä taas pitivät luontevana käsitellä surua ja menetystä yhdessä lasten kanssa.

Lasten kanssa juttelu isästä avoimesti ja muistelu hyvistä asioista, tapahtumista ja yhteisistä tekemisistä ja kuvien katselu pitivät isän mukana leskeytymisen alkuvaiheessa, jolloin surun hoito ja menetyksen käsittely lasten kanssa hoituu luonnollisesti. (K18)

6.2 Ilman isää ja puolisoa – yksin vastuussa perhearjesta

Monet kirjoittajat kertoivat elämänsä ja arkensa muuttuneen suuresti leskeytymisen myötä. Suurin yksittäinen muutos arjessa liittyi yksin vastuussa olemiseen, yksin kasvattamiseen ja ilman puolisoa taloudellisesti pärjäämiseen. Osa leskistä koki leskeytymisen jälkeen tarvetta aloittaa uusi elämä, tehdä konkreettisia muutoksia kuten muuttaa toiselle paikkakunnalle uusiin olosuhteisiin, sillä vanhaan jääminen tuntuu liian rankalta. ”Asunto ja paikkakunnan muutos tuli hyvin pian, koin etten pystyisi jäämään entiseen (K19)”. Entiseen jääminen voi tuntua liian rankalta, ja elämään sai jonkinlaista otetta kun piti sopeutua sekä fyysisesti että sosiaalisesti uusiin paikkoihin ja tilanteisiin. Toisaalta paikkakunnan vaihdoksella voitiin myös tavoitella tukiverkoston läheisyyttä, esimerkiksi muuttamalla lähelle omia vanhempia, jotka pystyvät auttamaan yksin jäänyttä leskeä arjessa. ”Mieheni kuoleman vuoksi en voinut jatkaa unelmatyötäni teholla, sillä siellä täytyi tehdä kolmivuorotyötä eikä meillä asunut ketään lähellä, joka olisi voinut pitää tyttöjä yötä ja huolehtia heitä kouluun. Niimpä päätin mieheni kuoltua muuttaa takaisin kotiseudulle (--) vanhempien naapuriin (K1)”.

Kirjoittajien perhearki muuttui merkittävästi, kun perheen toinen vanhempi puuttui. Yksinhuoltajana piti pystyä huolehtimaan koko perheen hoidosta yksin ja olemaan yksin vastuussa perheen asioista ja päätöksistä. Moni leski ker-

toi joutuneensa opettelemaan "miesten töitä", kuten talosta ja autosta huolehtimista. Myös arjen organisointi ja ajanhallinta on osana leskeyttä. "Arki on kovaa aikatauluttamista ja organisointia (K8)".

Moni leski koki haasteeksi sen, että lasten ja kodin hoito, harrastuksiin kussaaminen ja läksyissä auttaminen jäi yksin äidin vastuulle, kun aikaisemmin arjen toiminnoista vastasi kaksi aikuista. "Kuka vois vuorostaan tehdä iltapesut ja laittaa nukkumaan? monia kysymyksiä kuka sen tekee, minäkö vain? (K16)". Kahden vanhemman perheessä tehtävien jakaminen ja vuorottelu oli ollut tärkeä tekijä arjessa. Äiti yksin ei millään ehtinyt eikä pystynyt kaikesta huolehtimaan, mikä vaikutti myös lasten toimintaan. "Aikaisemmin heitä kuljetti usein isä. Nyt he menevät tavallisesti julkisilla tai joskus harvoin minä kuljetan (K10)". Arjesta yksin vastaaminen vaikutti koko muuhun elämään. Kun arki sujui, muidenkin asioiden miettimiseen jäi aikaa, mutta kun arki ja arjessa selviäminen tuntui liian raskaalta, ei aikaa omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen jäänyt. Toisaalta väsyneenä "surukin ottaa vallan (K2)".

Vastuu koko perheestä oli asia, joka ilmeni lähes kaikissa kirjoitelmissa. Moni leski koki vastuunkantamisen ja perheestä yksin huolehtimisen haastavaksi ja rankaksi. "Joskus toivon niin, että se en olisi aina minä, joka huolehtii kaikesta (K10)". Vastuu linkittyi usein myös yksinoloon ja yksin pärjäämiseen. Sen lisäksi, että kahden vanhemmat tehtävät siirtyivät yhdelle, myös henkisesti tuli olla vahva, eikä kaikkia asioita voinut jakaa muiden kanssa ja vaikeatkin päätökset piti tehdä yksin. "Arjen pyöritys tuntuu raskaalta. Hankalinta alussa oli se että suuretkin päätökset täytyi tehdä itse, nyt siihen on jo tottunut (K5)". Lesket olivat puolison menehtyessä menettäneet myös juttelukaverin, mikä usein lisäsi yksinäisyyden tunnetta. "On paljon asioita, joita haluaisin jakaa mieheni kanssa niin kuin aina ennen, mutta nyt niistä ei voi puhua kenellekään (K2)".

Lesket pohtivat myös omaa vanhemmuuttaan ja kasvatuskäytäntöitään uudella tavalla: "Pystynhän välittämään lapselle ne kaikki asiat mitä mieheni olisi halunnut? (K7)". Kun lapsilta puuttui toinen vanhempi, oma vanhemmuus ja sen tärkeys korostui. Pelko epäonnistumisesta ja huonosta äitiydestä voi etenkin leskeytymisen alkuvaiheessa mietitytti joitakin kirjoittajia, kun omien vaikeuksien

kanssa pärjäämisen jälkeen voimat eivät välttämättä riitä lapsista huolehtimiseen. ”Koen olevani huono äiti, sillä en pysty keskittymään lasten koulun käyntiin oikeastaan ollenkaan (K1)” . Toisaalta toiset eivät kokeneet leskeyden vaikuttavan vanhemmuuteensa, ja oma vanhemmuus ja sen tärkeys usein myös korostui: ”Olen varmasti yhtä hyvä vanhempi kuin ennen leskeytymistä (K11)” . Osaa huolestutti se, että lapsilta puuttui isän malli ja että lapset eivät opi isältään sellaisia asioita, jotka olivat kuuluneet isän vastuulle.

Isältä pojalle taidot puuttuvat omalta lapselta kokonaan. Kuka sitä fillaria nyt korjaa? Myös lapsen itsetunnon kehittymisen ja sosiaalisten taitojen oppimiseen tulee puutteita, kun näkee vain yhden vanhemman mallia. (K6)

Perheenjäsenten roolit saattoivat myös muuttua menetyksen myötä. Leskiäiti voi kokea tarvetta ottaa sekä äidin että isän roolin. ”Haasteellista on ollut ottaa myös se isän rooli perheessä, enkä vieläkään sitä oikein osaa. Meillä kun minä olin se ’tylsä vanhempi’, (-- isän kanssa leikittiin ja hassuteltiin (K15))” . Monessa perheessä äidin roolina oli olla se tylsä ja huolehtivainen vanhempi, kun taas isän kanssa tehtiin kivoja asioita. ”Lapseni menettivät siis isän, mutta myös iloisen tekemisen ja leikkimisen yhdessä perheen kanssa (K9)” . Toisaalta perheen lapset yrittivät helposti ottaa isän roolia, mikä ei aina äitiä miellyttänyt, sillä lasten kuuluisi saada olla lapsia. ”Haastavaa oli estää lapsia kantamasta liikaa vastuuta liian varhain, mm. oli kausi jolloin poikani pyrki isän saappaisiin ja toisena hetkenä tyttäreni apuäidiksi (K12)” . Kuitenkin leskiäidit pitivät hyvänä asiana sitä, että sisarukset huolehtivat toisistaan.

Kirjoitelmien valossa vaikutti, että leskiäidit pohtivat paljon vanhemmuuttaan ja he myös kokivat suhteensa lapsiin hyväksi ja tärkeäksi. Perheen yhdessä kokema suru voi myös lähentää välejä entisestään. ”Raskas surumme on yhdistänyt meitä ja tehnyt meistä kolmen hengen tiiviin ryhmän, johon ulkopuolisilla ei ole asiaa (K9)” . Hyvään vanhemmuuteen näytti kuuluvan myös se, että lasten hyvinvointi ja tarpeet asetettiin omien edelle. Äiti uhrautui lastensa puolesta. Leskiäidit saattavat myös pyrkiä suojelemaan lapsiaan jopa liikaakin. ”Suhteessa lapsiin olin leskeytymisen alkuvaiheessa liiankin tarkkaavainen heidän osaltaan

(K18)”. Toisaalta lasten kasvaessa luotto lapsiin kasvoi ja omaa aikaa jäi enemmän.

6.3 Leskiäitien hyvinvointi ja selviytymiskeinot

Kirjoitelmien perusteella kenties tärkeimmäksi hyvinvointia tuottavaksi tekijäksi näyttäytyi arjen sujuvuus. Leskeytymisen alkuvaiheessa, ”kaaosvaiheessa”, normaalitkin arjen toiminnot voivat olla haastavia, ja energiaa riitti vain arjesta selviytymiseen. Lisäksi uusien asioiden opettelu ja hoitaminen vei voimia. Hiljattain leskeytyneillä oli myös hoidettavanaan erilaisia puolison kuolemaan liittyviä juridisia ja hallinnollisia asioita, kuten kuolemaan ja perintöön liittyviä pape-rit ja ilmoitukset ja lasten raha-asioista raportointi maistraatille. Ne tuntuivat monista rankoilta, mutta samalla ne toivat jonkinlaista rytmiä arkeen. ”Byrokra- tia on aina ollut inhokki mutta nyt siitä on ollut jopa apua, että on joutunut pakottamaan itsensä ottamaan asioista selville, soittelemalla eri luukuille ja lähettämällä tuhansia hakemuksia sinne tänne (K7)”.

Hyvinvointiin vaikutti paljon myös taloudellinen tilanne. Taloudellinen epävarmuus ja niukka toimeentulo toivat arkeen epävarmuutta, kun taas hyvä taloudellinen tilanne toi turvallisuuden tunnetta. Monet lesket joutuivat muuttamaan halvempaan asuntoon puolison kuollessa kyetäkseen elättämään perheensä tulojen vähetessä. Sen sijaan osa leskistä, joilla oli taloudellisesti hyvä tilanne, kertoi olevansa onnellisessa tilanteessa siinä, että asuntolainat on maksettu ja he olivat pystyneet jäämään entiseen kotiinsa asumaan, jolloin myös pihapiiri, lasten koulut ja kaverit ja muut ympärillä olevat asiat ovat pysyneet tuttuina ja turvallisina. Monet lesket kertoivat kokevansa epävarmuuden ja turvattomuuden tunteen ylipäänsä vaikeaksi. ”Nyt en halua edes ajatella miten käy, jos minulle tapahtuu jotain (K10)”.

Työ ja opiskelu olivat myös merkittäviä asioita hyvinvoinnin kannalta. Parhaimmillaan työ ja opiskelu antoivat voimia: ”Työ on ollut se paikka missä pääsee olemaan muiden aikuisten kanssa tekemisissä. Se voimauttaa (K8)”. Rankaksi koettu työ kuitenkin uuvutti ja heikensi hyvinvointia ja arjessa jaksamista. Osa

leskiäideistä kertoi puolison kuoleman jälkeen sairasloman olleen välttämätön, toiset eivät sitä kokeneet tarpeelliseksi. Uuden elämäntilanteen myötä työssäjaksaminen koettiin kenties aiempaa tärkeämmäksi, sillä monilla leskeyden tuoma identiteetin uudelleenpohdinta ulottui myös työidentiteetin uudelleenarviointiin. Osa leskistä päätti hakeutua uuteen työpaikkaan tai jopa kouluttautua uudelle alalle, josta kokivat pitävänsä aiempaa työtä enemmän. Siinä missä työ, myös mielenkiintoinen opiskelu ja mieluisan koulutuksen tai uuden ammatin hankinta lisäsi hyvinvointia. Sen sijaan työn ohessa opiskelu saattoi tuntua kuormittavalta, mikä heijastui myös arjessa jaksamiseen.

Monilla leskillä tukiverkosto oli tärkeässä asemassa hyvinvointia edistämässä. Jotkut kirjoittajat kertoivat saaneensa tai tarvitseensa ammatillista apua menetyksestä toipumiseen. Useimmilla perhe, etenkin omat vanhemmat, ja ystävät kuitenkin muodostivat merkittävimmän tukiverkoston. Arkea helpotti, jos omat vanhemmat tai muut sukulaiset auttoivat arkisten asioiden hoitamisessa ja lastenhoidossa. ”Jaksamista on auttanut kovasti läheisten apu ihan arjen asioissa. Esim. joskus kun tulen töistä, äitini on käynyt laittamassa tiskit. Siis näin yksinkertainen asia tuntuu hyvältä (K1)”. Toisaalta moni koki myös vaikeaksi sen, että ”joutuu vaivaamaan monia ihmisiä omilla asioilla (K8)”. Suomalaiseen kulttuuriinkin kuuluu ihanne omillaan pärjäämisestä, ja leski voi kokea avun tarpeen myöntämisen kolaukseksi itsetunnolle, vaikka apu olisikin välttämätöntä. Muiden tarjoamaa apua kuitenkin arvostettiin ja siitä oltiin kiitollisia.

Käytännön avun lisäksi muiden ihmisten tarjoama sosiaalinen tuki oli merkittävä hyvinvointia lisäävä tekijä leskille. Sosiaalista tukea leskille tarjosivat sekä läheiset ihmiset, kuten ystävät ja lähisukulaiset, mutta myös muut lesket. ”Ystävien kanssa jutteleminen ja silloin tällöin heiltä saama apu helpottaa myös. Minulla on kolme naistuttavaa, jotka ovat jääneet suhteellisen nuorena leskiksi. Heiltä sain varsinkin alkuaikoina paljon neuvoja asioiden hoitamiseen (K2)”. Vertaistuen merkitys korostui usein leskeytymisen alkuvaiheessa, mutta osalle vertaistuki oli tärkeää vielä vuosien jälkeenkin. Vertaistuesta hyötyvät lesken lisäksi myös lapset, sillä leskitoimintaa on suunnattu leskien lisäksi myös heidän

lapsilleen. "Leskiperheet tapaavat toisiaan eri vertaistukimuodoissa ja esimerkiksi kuukausitapaamisissa, jotka ovat alkuvaiheessa tärkeitä, että lapsille tulee kuva siitä, etteivät he ole ainoa perhe, jossa isä/äiti on kuollut (K18)".

Vertaistukitoiminnan kautta lesket saivat usein myös uusia ystäviä ja tuttuja samalla kun osa aiemmista ihmissuhteista muuttuu etäisemmiksi. Jos arki itsessään on haastavaa, saattoi perheen ulkopuolisten ihmissuhteiden ylläpito tuntua rankalta. "Voimavaroja ei riitä edes miettiä mitään ihmissuhdeasioita (K12)". Myös uudet harrastukset tai lemmikin hankkiminen perheeseen toivat iloa ja hyvinvointia. "Ostin kolme vuotta sitten meille koiran ja se on myös omalla tavallaan auttanut perhettämme taas nauttimaan arjesta. Lapsilla on nyt halikaveri ja hellittävä pieni perheenjäsen (K9)".

Kirjoitelmien perusteella lapset olivat monelle leskelle elämän keskipiste ja vaikka kasvatus tuntui välillä haastavalta, lapset tuottivat suunnattomasti iloa äideilleen. Hyvä suhde lasten kanssa koettiin tärkeäksi ja vaalimisen arvoiseksi asiaksi. Usein lasten hyvinvointi meni äidin oman hyvinvoinnin edelle: "Aikaa ja voimavaroja itsestä huolehtimiseen ei juuri jää tai valitsen itseni aina viimeiseksi (K12)". Toisaalta äidin hyvinvointi heijastui koko perheeseen ja oli siksi tärkeä. "Itseään pitää pystyä hoitamaan, muuten ei jaksaa hoitaa kotia ja lapsia (K11)". Osa leskiäideistä kuitenkin huolehti, että lapsilla oli keskusteluapua surun käsittelyyn, vaikka omat voimavarat olisivat lopussa. Tämä korosti myös äidin omaa uhrautuvuutta. "Pari ensimmäistä vuotta minulla oli tukihenkilö, joka auttoi minua auttamaan lapsiani. Vasta sen jälkeen kun lapset olivat jaloillaan, tuli minun suruni vuoro ja se suo on tarvottava yksin (K12)".

Liikunta, ulkoilu ja terveellisistä elämäntavoista huolehtiminen auttoi kirjoittajia jaksamaan arjessa ja liikuntaharrastukset toimivat osalla myös irtiottona arjesta. "Onneksi on mummot/ukit, ystävät jotka hoitavat muksuja välillä että äiti pääsee treeneihin ja ottamaan omaa aikaa itselleen et jaksaa taas arjessa eteenpäin (K16)". Kriisivaiheessa omasta terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtiminen kuitenkin oli usein toisarvoinen asia, jonka huolehtimiseen ei välttämättä ollut aikaa eikä halua. "Jos tätä kaikkea kauheutta ei olisi tapahtunut, olisin varmasti

myös raskauden aikana pitänyt enemmän huolta terveydestäni; ruokavaliosta, liikunnasta (-- Nyt yritän vain selvitä jotenkuten päivästä (K7)).

Kirjoitelman 10 kirjoittanut leski oli tiivistänyt hyvin hyvinvointia tuottavat asiat, joista moni muukin kirjoittaja oli maininnut:

Tällä hetkellä hyvinvointia lisäävät mm. tietty taloudellinen turvallisuus, arkielämän kohtuullinen sujuminen, hyvät suhteet lapsiin ja siitä syntyvä ilo ja tyydytys, mukava koti, terveys, joustava asenne elämään, se että elämässä on ihmisiä, joihin pitää yhteyttä, usko "elämässä käy niin kuin on tarkoitettu".

7 POHDINTA

7.1 Tulosten tarkastelua

Tämän tutkimuksen tuloksissa tutkimusaineistona olleet kirjoitelmat luokiteltiin viiteen eri tarinatyyppiin. Tarinatyypeissä heijastui leskeytymisestä kulunut aika, mutta myös oma suhtautuminen ja sopeutuminen tilanteeseen ja mahdolliset muut tekijät, jotka olivat leskeytymisprosessiin sopeutumiseen vaikuttaneet. Ensimmäinen tarinatyyppi on *surun keskellä kertojat*. He kirjoittivat leskeyden alkuvaiheesta, jossa etsittiin vastauksia moniin kysymyksiin, yritettiin löytää uusia toimintatapoja muuttuneeseen elämäntilanteeseen ja pyrittiin löytämään omaa ja lasten surua helpottavia keinoja. Yhdellä tarinankertojista sopeutumista vaikeutti menetyksen lisäksi myös se, että puoliso oli kuollut henkirikoksen uhrina, jolloin leski joutui käsittelemään puolison menetyksen lisäksi myös henkirikokseen liittyviä asioita. Tässä tarinatyypissä näkyi piirteitä Frankin (1995) kaaoskertomuksen tyypistä.

Toisessa tarinatyypissä, *identiteetin etsinnästä kertojat*, korostui muutos ja uuden identiteetin etsiminen. Osalla kirjoittajista oli tarve tehdä suuria ulkoisia muutoksia elämään siirtymällä uusiin toimintaympäristöihin, jolloin menetys ei tunnu niin konkreettiselta. Osa taas piti ulkoiset toimintaympäristöt tuttuina, mutta heillä korostui uuden identiteetin etsiminen ja sitä kautta tapahtuneet muutokset elämässä. Näissä tarinoissa oli piirteitä Frankin (1995) jaottelun etsintäkertomuksista.

Kolmas ja neljäs tarinatyyppi ovat *suruun sopeutumisesta kertojat* ja *toipumisesta kertojat*, joissa molemmissa korostui sopeutuminen uuteen elämäntilanteeseen ja uusien toimintatapojen löytäminen arkeen. Molemmissa tyypeissä leskeytymisprosessissa nähtiin sekä myönteisiä että kielteisiä asioita, mutta suruun sopeutumisesta kertojilla suru on voimakkaammin arjessa läsnä ja haasteita korostettiin myönteisiä asioita enemmän. Toipumisesta kertojat taas näyttivät jo hyväksyneen puolison menetyksen ja keskittyivät enemmän nykyelämän ja arjen myönteisiin asioihin. Etenkin toipumisesta kertojien kirjoitelmissa oli Frankin

(1995) toipumistarinoiden piirteitä. *Suuresta vastuusta kertojat* muodostuivat omaksi ryhmäkseen, sillä tarinatyypin kirjoitelmissa korostettiin voimakkaasti vastuun kantamista ja yksin pärjäämistä perheen ainoana vanhempana. Tähän ryhmään kuului vain kaksi kirjoittajaa.

Tämän tutkimuksen tarinatyypien luokittelussa on hyödynnetty Frankin (1995) tarinatyyppejä, jotka hän muodosti sairastuneiden ihmisten tarinoita tutkiessaan. Leskeys ja sairaus eivät ole suoraan rinnastettavia asioita, mutta niissä on havaittavissa samankaltaisia ominaisuuksia. Sekä sairauden kokeneet että puolisonsa nuorena menettäneet lesket ovat kokeneet elämässään elämänkerrallisen katkoksen, joka on muuttanut elämänsuuntaa merkittävästi (Neiemyr 2005). Näin molemmat ovat tarinankertojia, jotka ovat kohdanneet elämää mullistavan, usein yllättävän tapahtuman, mikä tuo ihmisen lähemmäs kuolemaa ja elämän arvaamattomuutta. Tämä kokemus muuttaa ihmisen ajattelua ja usein myös toimintatapoja. Molemmissa tapauksissa myös kulttuurisesti odotetaan, että ihminen toipuu sairaudesta tai menetyksestä (Frank 1995). Eroavaisuutena näissä tapauksissa on se, että sairastunut voi parantua sairaudesta, kun taas leski ei voi saada puolisoaan takaisin, jolloin toipumista ei voi ajatella niinkään parantumisena, vaan enemmänkin uuteen tilanteeseen sopeutumisena.

Tässä tutkimuksessa ilmeni, että osa leskistä jakoi elämänsä kahteen osaan: ennen ja jälkeen puolison kuoleman. Rimmon-Kenanin (2002) mukaan tällainen kahtia jako on tyypillistä ihmisille, jotka ovat kokeneet elämää järkyttäneen muutoksen. Jako ennen-jälkeen menetyksen näkyi etenkin suruun sopeutumisesta kertojien kirjoitelmissa. Sugarmanin (2001) kuvailemista elämänkerrallisista avaintekijöistä tutkimuksessa oli havaittavissa ns. *turning point*, elämän suuntaa mullistanut muutos, joka muuttaa oman elämän ymmärrystä. Puolison kuoleman jälkeen osa leskistä muutti elämänasennettaan täysin toisenlaiseksi elämän rajallisuuden ymmärtäessään. Tämä korostui etenkin identiteetin etsinnästä kertojien kirjoitelmissa. Sugarmanin (2001) mukaan ymmärrys muutoksesta ei välttämättä tapahdu juuri tapahtumahetkellä, vaan ymmärrys voi syntyä myös jälkikäteen, prosessin kautta.

Tämän tutkimuksen tulokset osoittavat, että puolison kuolema aiheuttaa suuren ja kokonaisvaltaisen muutoksen lesken ja leskiperheen elämään. Myös monet muut tutkimukset vahvistavat tätä väitettä. Esimerkiksi Lundin ja Casertan (1998) leskitutkimuksen mukaan puolison menetys vaikuttaa henkilön elämään monella eri osa-alueella. Leskiäitien kirjoitelmissa kerrottiin paljon muutoksista, joita elämän eri osa-alueilla oli tapahtunut leskeytymisen myötä.

Leskeytymisen myötä monet lesket aloittavat uuden elämänsuunnan sekä identiteetin etsinnän ja rakentamisen. Leskeytymisen jälkeen omaa elämää arvioidaan uudestaan ja leskeys ja sitä seurannut uusi elämäntilanne voi aiheuttaa pohdinnan siitä, mitä elämältään haluaa ja mitkä asiat ovat tärkeitä. Tässä tutkimuksessa leskiäidit kertoivat oman identiteetin ja minäkuvan uudelleen rakentamisesta, jota on todettu esiintyvän sekä yksinhuoltajilla (Russo 2003) että iäkäämmillä leskillä (De Garmon ja Kitsonin 1996). Leskiäidit kokivat tarvetta pohdita elämäänsä uudelleen, kun puolison menetys toi suuren muutoksen elämään. Surusta selviytymiseen ja perhearjen uudelleen rakentamiseen liittyy usein myös identiteetin etsintää ja elämänarvojen uudelleen pohdintaa. Saari (2000) kertoo traumaattisten tapahtumien muuttavan usein ihmisen elämänarvoja. Uuden identiteetin luomista ja elämänarvojen muuttamista näkyi tässä tutkimuksessa esimerkiksi siten, että osa leskistä koki halua kouluttautua uuteen ammattiin tai vaihtaa mielekkäämpään työpaikkaan. Henkinen kasvu näkyi myös haluna panna perheeseen ja sen hyvinvointiin aiempaa enemmän. Elämän rajallisuuden konkretisoituminen menetyksen myötä aiheutti leskillä myös halua oppia elämään hetkessä ja nauttimaan pienistä, arkisista asioista.

Tutkimuksen toisessa tulososiossa kuvataan asioita, joita leskiäidit ovat suruprosessistaan, perhearjestaan ja hyvinvoinnistaan tuoneet esille tarinatyypistä riippumatta. Erjannin (1999) luokittelusta surun 13 ulottuvuudesta tässä tutkimuksessa esiintyi piirteitä erityisesti tunnemyrskyn, itsetutkiskelun, ajattelun muutoksen ja oman todellisuuden mieltämisen muutoksen – johon kuuluu mm. yksin jäämisen konkretisoitumien ja käytännön järjestelyjen muuttuminen – ulottuvuuksista. Surun hiljattain kohdanneet kertoivat menetyksen todentumisesta. Erityisesti identiteetin etsinnästä kertojilla näkyi myös persoonallisuuden kasvua

ja toipumisesta kertojilla elpymisen piirteitä, kuten tunnetta surusta selviytymisestä ja lauhkeasta surusta. Surusta selviytymiseen liittyy usein oman elämän ja identiteetin uudelleen tarkastelua (Erjanti 1999; Poijula 2003).

Tämän tutkimuksen perusteella suurimpia muutoksia leskeys aiheutti jokapäiväiseen arkeen ja sen toimintatapoihin, kun toisen vanhemman puuttuessa leskiäiti joutui ottamaan vastuun koko perheestä ja sen huolehtimisesta. Myös muutokset taloudellisessa tilanteessa koettiin haastaviksi. Osa leskiäideistä joutui taloudellisen tilanteen sanelemana vaihtamaan asuntoa edullisempaan ja tekemään aiempaa enemmän töitä. Hyvä taloudellinen tilanne taas helpotti elämäntilanteeseen sopeutumista.

Aiempaa tutkimusta leskien perhearkeen liittyen ei ole paljoa tehty, mutta leskiperheitä on ollut mukana joissakin yksinhuoltaja-tutkimuksissa, joissa leskiä on verrattu eronneisiin ja naimattomiin yksinhuoltajaäiteihin ja isiin. Leskivanhempien ja lasten muodostamien perheiden perherakenne on yksinhuoltajaperheiden kaltainen, ja tämänkin tutkimuksen tuloksissa esiintyi paljon samanlaisia asioita kuin yksinhuoltajatutkimuksissa. Messnerin (1996) tutkimuksen mukaan yksinhuoltajaperheissä lapset itsenäistyvät keskimäärin kahden vanhemman perheitä aikaisemmin, mikä oli nähtävissä tässäkin tutkimuksessa. Monet leskiäidit kertoivat lasten ottaneen enemmän vastuuta sekä omista että perheen yhteisistä asioista isän menehdyttyä. Kun toinen vanhemmista menehtyy, on luonnollista että lapset yrittävät osaltaan paikata tyhjää aukkoa, joka perheeseen on jäänyt (Pojula 2002). Tämä kuitenkin harmitti monia tutkimukseen osallistuneita leskiäitejä, sillä he toivovat lastensa pysyvän lapsina ilman, että heidän tarvitsisi kantaa aikuisen vastuuta. Erjanti ja Paunonen-Immonen (2004) kuitenkin esittävät, että uuden roolin omaksuminen saattaa jopa auttaa lasta toipumaan surusta paremmin, kunhan hän ei ota liian suurta vastuuta ja auttajan roolia.

Leskien hyvinvointia on aiemmin tutkittu Suomessa pääasiassa sosiaalisen tuen merkityksen yhteydessä. Tässä tutkimuksessa halusin tarkastella hyvinvointia kokonaisvaltaisemmin. Sosiaalisella tuella on aiemmissa tutkimuksissa (esim. Bankoff 1981; Kaunonen ym. 1999; Donnelly & Hinterlong 2010) todettu

olevan merkitystä leskien selviytymiselle ja hyvinvoinnille. Myös tämän tutkimuksen perusteella sosiaalinen tuki, etenkin perheenjäseniltä saadulla tuki, on tärkeä leskien hyvinvoinnin edistäjänä. Tässä tutkimuksessa etenkin lasten iso- vanhempien merkitys sosiaalisen tuen lähteenä korostui. Joillakin omien vanhempien tuki koettiin niin tärkeäksi, että osa tutkittavista muutti leskeksi jäätyään lähelle vanhempiaan. Sosiaalista tukea ja käytännön apua tutkittavat kertoivat saavansa myös ystäviltään ja vertaistuen kautta. Vertaistuella näyttää tämän tutkimuksen perusteella olevan suurempi merkitys niille, joilla ei asu sukulaisia lähellä. Tärkeintä leskille kuitenkin näyttäisi tämän tutkimuksen perusteella olevan se, että ympärillä on jonkinlainen tukiverkosto, joka auttaa arjessa. Myös Suhosen ja Saaren (2004) yksinhuoltajatutkimuksen perusteella tukiverkostot helpottavat yksinhuoltajaperheiden arkea.

Monet lesket kertoivat sosiaalisten verkostojen muuttuneen leskeytymisen jälkeen. Toiset kokivat tärkeäksi sosiaalisten suhteiden ylläpidon ja uusien sosiaalisten verkostojen luomisen esimerkiksi vertaistuen ja harrastustoiminnan kautta, kun taas joillekin arjesta ja työstä selviytyminen vei energiaa niin paljon, ettei uusille sosiaaliselle aktiivisuudelle ollut aikaa ja voimavaroja. Nuoret lesket luovat kuitenkin aiemman tutkimuksen perusteella vanhoja leskiä enemmän uusia ystävyys-suhteita ja aloittavat todennäköisemmin uuden parisuhteen (Tuominen 1994).

Tämä tutkimus osoitti perhearjen sujuvuuden olevan merkityksellinen leskien hyvinvoinnin kannalta; kun arki on sujuvaa, on aikaa ja energiaa huolehtia myös omasta ja lasten hyvinvoinnista. Sen sijaan jos arjen sujuvuudessa, taloudellisessa tilanteessa tai avun saamisessa oli vaikeuksia, myös hyvinvointi oli heikompaa. Hyvinvoinnille merkityksellisiä asioita sosiaalisten suhteiden ja tuen sekä perhearjen sujuvuuden lisäksi olivat mm. taloudellinen tilanne, omat ja perheen yhteiset harrastukset, liikunnasta ja terveydestä huolehtiminen, lasten hyvinvointi, sekä työ ja opiskelu. Myös surun kokemisella ja sillä, miten leski suhtautui menetykseen, näyttää tutkimuksen mukaan olevan vaikutusta hyvinvoinnille. Jos suru oli voimakkaasti läsnä elämässä tai jos menetyksestä oli kulunut lyhyt aika, niin hyvinvointi on usein heikkoa. Jos menetyksestä ja nykyhetkestä

löydettiin myös hyviä asioita, myös hyvinvointi koettiin paremmaksi. Aikaisempaa tutkimusta leskien hyvinvoinnista sellaisenaan ole, mutta aikaisemmissa tutkimuksissa on todettu monien tekijöiden vaikuttavan siihen, kuinka hyvin leski sopeutuu leskeyteen ja selviytyy surusta (Benight, Flores & Tashiro 2001; DeGarmo & Kitson 1996; Michael ym. 2003). Tämä tutkimus vahvisti mm. DeGramon ja Kitsonin (1996) ja Michaelin ja kollegoiden (2003) tutkimusten mukaisesti väitettä, että kun lesken muu elämä on tasapainossa, on hänen toipumisensa ja hyvinvointinsa parempaa.

Tässä tutkimuksessa tuli esille uusia näkökulmia suomalaisten leskiäitien perhearkeen ja hyvinvointiin. Tämän tutkimuksen perusteella ihmiset sopeutuvat eri tavoin leskeyteen, mistä osoituksena on eri tarinatyyppien löytyminen leskiäitien kirjoitelmista. Osalla leskistä kerronta painottui yksin selviytyminen arjessa ja suuri vastuu perheestä, kun taas toiset korostivat arjessa ja omassa identiteetissä tapahtuneita muutoksia. Toiset kertoivat surun kulkevan elämässä mukana jatkuvasti ja siitä, miten surun kanssa on oppinut elämään. Osalla taas kerronnan sävy oli menetyksestä huolimatta optimistinen ja hyväksyvä.

7.2 Tutkimuksen arviointi ja jatkotutkimusehdotuksia

Tutkimusaihetta on aiemmin tutkittu vain vähän, joten tämä tutkimus antaa uutta tietoa leskiäitiydestä ja leskiäitien kokemista muutoksista perhearjessa ja hyvinvoinnissa. Koska tämä tutkimus on tehty varsin pienellä aineistolla, ei sen tuloksia voida laajasti yleistää, mikä onkin laadulliselle tutkimukselle tyypillistä. Aiheen aiemman tutkimustiedon vähäisyydestä johtuen tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kuvailla ja kartoittaa laaja-alaisemmin leskiäitien perhearkea ja hyvinvointia. Tutkimuksen aineistossa oli paljon yhdenmukaisuuksia, mutta käsitellyissä aihepiireissä oli myös vaihtelua, minkä vuoksi kirjoitelmia ei voinut suoraan verrata toisiinsa. Eri piirteistä huolimatta kirjoitelmista löytyi kuitenkin myös yhteisiä, kaikkia kertomuksia yhdistäviä teemoja, joilla voisi olla siirrettävyyttä kaikkia nuoria leskiäitejä koskeviksi. Näitä olivat surun ja menetyksen

teemat, vastuusta kertominen perhearjessa ja isän puuttumisen vaikutukset perhearkeen, sekä läheisiltä saatu tuki ja arjen sujuvuus hyvinvoinnin tukena. Kuitenkin ratkaisu- ja selviytymiskeinot näiden suhteet vaihtelivat tarinatyyppin mukaan.

Koska tämän tutkimuksen aihe oli kartoittava, jatkossa tutkimusta voisi tarkentaa koskemaan kapeampaa osa-aluetta perhearkeen ja hyvinvointiin liittyen. Olisi tärkeää huomioida myös leskiperheiden lapset ja heidän näkökulmansa leskiperheen perhearjesta ja hyvinvoinnista. Tällöin tutkimustietoa voisi hyödyntää leskiperheille suunnatussa tukityössä paremmin. Leskiäitien ja lasten näkökulmia perheen arjesta, sen haasteista ja hyvinvointiin vaikuttavista asioista olisi mielenkiintoista verrata keskenään. Suurempi otanta ja erilaiset aineistonkeruumenetelmät antaisivat monipuolisempaa tietoa aiheesta. Myös leskeytymisen alkuvaihe ja siinä tukeminen olisi tärkeä tutkimusaihe, sillä leskeytymisen alkuvaihe on leskelle perheineen usein erityisen haastavaa, johon moni leski kaipaa tukea.

LÄHTEET

- Aquilino, W. 1994. Impact of childhood family disruption on young adults' relationships with parents. *Journal of Marriage and Family* 56, 295–313.
- Bankoff, E. 1983. Social support and adaptation to widowhood. *Journal of Marriage and Family* 45 (4), 827–839. Published by: National Council on Family Relations.
- Bankoff, E. 1986. Peer support for widows: Personal and structural characteristics. Teoksessa S.E. Hobfoll (toim.) *Stress, social support and women*. Hemisphere Publishing Corporation, New York.
- Benight, C.C, Flores, J. & Tashiro, T. 2001. Bereavement coping self-efficacy in cancer widows. *Death Studies* 25 (2), 97–125. DOI: 10.1080/07481190125921.
- Bennet, K. M. & Vidal-Hall, S. 2000. Narratives of death: A qualitative study of widowhood in later life. *Ageing and Society* 20, 413–428. Cambridge University Press.
- Ben-Zur, H. & Michael, K. 2009. Social comparisons and well-being following widowhood and divorce. *Death Studies* 33 (3), 220–238. Taylor & Francis Group, LLC. DOI: 10.1080/07481180802671936.
- Barkhuizen, G. 2013. *Narrative research in applied linguistics*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Biblarz, T. & Gottainer, G. 2000. Family structure and children's success: A comparison of widowed and divorced single-mother families. *Journal of Marriage and the Family* (62:2) 533–548.
- De Fina, A. 2013. Narratives as practices: Negotiating identities through storytelling. Teoksessa G. Barkhuizen (toim.) *Narrative Research in Applied Linguistics*. Cambridge University Press, Cambridge.
- DeGarmo, D.S. & Kitson, G.C. 1996. Identity relevance and disruption as predictors of psychological distress for widowed and divorced women. *Journal of Marriage and Family* 58 (4), 983–997. DOI: 10.2307/353985
- De Vries, B; Utz, R; Caserta, M & Lund, D. 2013. Friend and family contact and support in early widowhood. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 69B (1), 75-84 DOI: 10.1093/geronb/gbt078.

- Donnelly, E. & Hinterlong, J. 2010. Changes in social participation and volunteer activity among recently widowed older adults. *The Gerontologist* 50 (2), 158-169.
- Dyregrov, K. & Dyregrov, A. 2008. Effective grief and bereavement support: The role of family, friends, colleagues, schools and support professionals. Jessica Kingsley Publishers, London; Philadelphia.
- Dyregrov, A. 1994. *Lapsen suru*. Suom. Mirja Makkonen. Gummerus kirjapaino oy, Jyväskylä.
- Erjanti, H. 1999. From emotional turmoil to tranquility. Grief as a process of giving in. A study on spousal bereavement. University of Tampere, Department of Nursing Science. Vammalan kirjapaino oy, Vammala.
- Erjanti, H. & Paunonen-Immonen, M. 2004. *Suru ja surevat*. Surevien hoitotyön perusteet. WSOY, Vantaa.
- Frank, A. W. 1995. *The wounded storyteller, body, illness, and ethics*. The University of Chicago Press, Ltd., London.
- Fraser, H. 2004. Doing narrative research. Analyzing personal stories. *Line by Line*. Sage Publications London, Thousand Oaks, CA and New Delhi 3 (2), 179-201. DOI: 10.1177/1473325004043383.
- Heikkinen, H.L.T. 2010. Narratiivinen tutkimus - todellisuus kertomuksena. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2*. Psykustannus, WS Bookwell Oy, Juva.
- Heikkinen, H.T.L; Huttunen, R. & Kakkori, L. 1999. "Jos tämä tarina on tosi..." Narratiivisen totuuden ongelmasta. *Tiedepolitiikka* 99 (4), 39-52.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. *Tutki ja kirjoita*. Kariston Kirjapaino Oy, Hämeenlinna. 15.-16. painos.
- Hänninen, V. 1999. *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampereen yliopisto, sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos. Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print.
- James, J.W & Friedman, R. 2002. *When children grieve*. HarperCollins Publishers Inc., New York.
- Johansson, K., Ekebergh, M. & Dahlberg, K. 2008. A Lifeworld phenomenological study of the experience of falling ill with diabetes. *International Journal of Nursing Studies* 46 (2), 197-203. DOI: 10.1016/j.ijnurstu.2008.09.001
- Johnston, J. & Cambell, L. 1988. *Impasses of divorce: The dynamics and resolution of family conflict*. Simon & Schuster Ink, New York.

- Jähi, R. 2004. Työstää, tarinoida, selviytyä. Vanhemman psyykkinen sairaus lapsuudenkokemuksena. Tampereen yliopisto, terveystieteen laitos. Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print.
- Kaunismaa, P. & Laitinen, A. 1998. Paul Ricour ja narratiivinen identiteetti. Teoksessa P. Kuhmonen & S. Sillman (toim.) Jaettu jana, ääretön raja. Pelervo Oksalan juhlaKirja. Jyväskylän yliopistopaino, Jyväskylä.
- Kaunonen, M.; Tarkka, M.-T.; Paunonen, M. & Laippala P. 1999. Grief and social support after the death of a spouse. *Journal of Advanced Nursing* 30 (6), 1304–1311.
- Kempainen, S. & Suomen nuoret lesket ry 2012. Leskiopas. Opas nuorena leskeytyneelle. Kopijyvä oy, Jyväskylä.
- Keva: Perhe-eläke. http://www.keva.fi/fi/elakkeet/elake_kuoleman_johdosta/perhe_el%C3%A4ke/Sivut/Default.aspx. Viitattu 10.6.2015
- Khosravan, S.; Salehi, S.; Ahmadi, F.; Mansoorian, M. R. 2013. Social support: The most important need of young Iranian single-parent widows on their path to widowhood. *International Journal of Nursing Practice* 19 (3), 274–280.
- Kiviniemi, K. 2010. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Ps-kustannus, WS Bookwell Oy, Juva.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Gummerus Kirjapaino Oy, Tampere.
- Kübler-Ross, E. 1969. On death and dying. 2014 edition. A Division of Simon & Schuster, Ink. New York.
- Laakso, H. 2000. Äidin suru alle seitsenvuotiaan lapsen kuoleman jälkeen. Tampereen yliopisto, hoitotieteen laitos. Vammala, Vammalan kirjapaino oy.
- Labov, W. 1972. *Language in the inner city: Studies in the black English vernacular*. Oxford: Blackwell.
- Larson, R. W. & Gillman, S. 1999. Transmission of emotions in the daily interactions of single-mother families. *Journal of Marriage and the Family* 61 (1), 21–37. Published by: National Council on Family Relations. DOI: 10.2307/353880.
- Lieblich, A.; Tuval-Mashiach, R. & Zilber, T. 1998. *Narrative research. Reading, analysis, and interpretation*. Thousand Oaks, London, New Delhi: Sage Publications. DOI: <http://dx.doi.org/10.4135/9781412985253>.

- Lindeman, E. 1944. Symptomatology and management of acute grief. Reprinted from *American Journal of Psychiatric* 101, 141–148.
- Lopata, H. 1994. *Circles and settings: Role changes of American women*. State University of New York Press, Albany.
- Lopata, H. 1973. *Widowhood in an American city*. Schenkman Publishing Company, Cambridge, Massachusetts.
- Lukkarinen, H. 2001. Ihmisten kokemukset hoitotieteellisenä ilmiönä: fenomenologinen lähestymistapa. Teoksessa S. Janhonen & M. Nikkonen (toim.) *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*. WS Bookwell Oy, Juva.
- Lund, D.A. & Caserta, M.S. 1998. Future directions in adult bereavement research. *Omega* 36 (4), 287–303.
- Maistraatti: Ala-ikäisen lapsen omaisuuden hoitaminen.
http://www.stat.fi/til/perh/2013/02/perh_2013_02_2014-11-21_tie_001_fi.html)<http://www.maistraatti.fi/Documents/Holhustoimi/Alaikaisen%20lapsen%20omaisuuden%20hoitaminen.pdf?epslanguage=fi>. Viitattu 20.5.2015.
- McLanahan, S; Sandefur, G. 2009. *Growing up with a single parent: What hurts, what helps*. Copyright @ 1994 by the President and Fellows of Harvard College.
- Messner, D. Z. 1996. *Single-parent family adolescents and academic performance*. Michigan State University, ProQuest, UMI Dissertations Publishing.
- Michael, S.T.; Crowther, M.R.; Schmid, B. & Allen, R.S. 2003. Widowhood and spirituality: Coping responses to bereavement. *Journal of Women and Aging* 15 (2-3), 145–165. DOI: 10.1300/JO74v15n02_09.
- Miller, N.B; Smerglia, V.L. & Bouchet, N. 2004. Women's adjustment to widowhood: Does social support matter? *Journal of Women & Aging* 16 (3-4), 149–167. DOI: 10.1300/JO74v16n03_11.
- Murtorinne-Lahtinen, M. 2011. *Äitipuolen identiteetin rakentaminen uusperheessä*. Jyväskylän yliopisto, Kasvatustieteiden laitos. Jyväskylä University Printing House.
- Neimeyer, R. 2005. *Widowhood, grief and the quest for meaning*. Teoksessa D. Carr; R. Nesse & C. Wortman (toim.) *Spousal bereavement in late life*. New York, Springer Publishing Company.
- Nihtilä, E. & Martikainen, P. 2008. Institutionalization of older adults after death of a spouse. *American Journal of Public Health* 98 (7), 1228–1234.

- Notko, M. 2011. Väki­valta, vallankäyttö ja vahingoittuminen naisten perhesuh­teissa. Jyväskylän yliopisto, Perhetutkimuskeskus. Jyväskylä University Printing House.
- Ory, B. & Huijts, T. 2015. Widowhood and well-being in Europe: The role of na­tional and regional context. *Journal of Marriage and Family* 77 (3), 730–746. DOI: 10.1111/jomf.12187.
- Perry-Jenkins, M.; Gillman, S. 2000. Parental Job Experiences and Children's Well-Being: The Case of Two-Parent and Single-Mother Working-Class Families. *Journal of Family and Economic Issues* 21 (2), ProQuest Cen­tral123.
- Perttula, J. 1995. Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. Johdatus fenome­nologiseen psykologiaan. SUFI, Tampere.
- Poijula, S. 2002. Surutyö. Gummerus Kirjapaino oy, Helsinki
- Rappi-Lindholm, S. 2012. Suomen nuoret lesket ry:n yhteisö nuoren lesken tu­kena. Humanistinen ammattikorkeakoulu.
- Riessman, C. K. 2008. Narrative methods for the human sciences. Sage Publica­tions, Inc., Thousand Oaks, California.
- Rimmon-Kenan, S. 2002. The story of "I": Illness and narrative identity. *Narra­tive* 10 (1), 9–27. The Ohio State University Press. DOI: 10.1353/nar.2002.0006.
- Russo, A. M. 2003. For their families' sake: An interpretive analysis of the role of mass media in single parents' everyday life and their meaning-making practices. University of Colorado, School of Journalism and Mass Commu­nication.
- Saari, S. 2000. Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen. Otavan Kirjapaino Oy, Keuruu.
- Shuchter, S. R. & Zizook, S. 1993. The course of normal grief. Teoksessa M.S. Stroebe; W. Stroebe & R.O. Hansson (toim.) *Handbook of bereavement. Theory, research and intervention*. Cambridge University Press, Cam­bridge.
- Stroebe, M. S; Stroebe, W. & Hansson, R. O. 1993. *Handbook of Bereavement. Theory, Research and Intervention*. Cambridge University Press, Cam­bridge.
- Suomen nuoret lesket ry:n nettisivut. <http://www.nuoretlesket.fi/>. Viitattu 4.11.2014.

- Sugarman, L. 2001. Life-span development: Frameworks, accounts and strategies. Routledge (TANDLF), Psychology Press Ltd, East Sussex.
- Syrjälä, L. 2010. Elämänkerrat ja tarinat tutkimuksessa. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Ps-kustannus, WS Bookwell Oy, Juva.
- Tilastokeskus: Leskien määrä 2013. [http://pxweb2.stat.fi/Dialog/Varvalagg.asp?ma=070%5Fvaerak%5Ftau%5F122&ti=V%E4est%F6+i%E4n+%281%2Dv%2E%29%2C+siviilis%E4%E4dyn+ja+sukupuolen+mukaan+1990+%2D+2013&path=../Database/StatFin/vrm/vaerak/&lang=3&xu=&yp=&nr=1&agg-file\(1\)=Ik%E4kausi+%2D14%2C+15%2D64%2C+65%2D&pre-vagg=NNNN&mapname=&multilang=fi&aggdir1=](http://pxweb2.stat.fi/Dialog/Varvalagg.asp?ma=070%5Fvaerak%5Ftau%5F122&ti=V%E4est%F6+i%E4n+%281%2Dv%2E%29%2C+siviilis%E4%E4dyn+ja+sukupuolen+mukaan+1990+%2D+2013&path=../Database/StatFin/vrm/vaerak/&lang=3&xu=&yp=&nr=1&agg-file(1)=Ik%E4kausi+%2D14%2C+15%2D64%2C+65%2D&pre-vagg=NNNN&mapname=&multilang=fi&aggdir1=). Viitattu 5.10.2014.
- Tilastokeskus 2013. Perheisiin kuuluu 75 prosenttia väestöstä. http://www.stat.fi/til/perh/2013/02/perh_2013_02_2014-11-21_kat_001_fi.html. Viitattu 9.12.2014.
- Trivedi, J; Sareen, H.; Dhyan, M. 2009. Psychological aspects of widowhood and divorce. Some issues in women's studies, and other essays 7 (1), 37-49.
- Tuominen, E. 1994. Elämänmuutos ja muutoksen hallinta. Tutkimus leskeksi jäämisen taloudellisista, terveydellisistä ja sosiaalisesta vaikutuksista sekä leskeyteen sopeutumisesta. Eläketurvakeskus. Painatuskeskus Oy, Helsinki.
- Tuovinen, P. 2014. Isien ja tyttärien kertomuksia yksinhuoltajaperheestä. Jyväskylän yliopisto, kasvatustieteiden laitos. Jyväskylä University Printing House, Jyväskylä.
- Van der Houwen, K.; Stroebe, M.; Stroebe, W.; Schut, H., Van den Bout, J. & Wijngaards-De Meij, L. 2010. Risk factors for bereavement outcome: A multivariate approach. *Death Studies* 34 (3), 195-220. DOI: 10.1080/07481180903559196
- Varto, J. 1996. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Kirjayhtymä Oy, Helsinki/ Tammer-Paino Oy, Tampere.
- Wolff, K & Wortman, C. 2006. Psychological consequences of spousal loss among older adults. Teoksessa . D. Carr; R. Nesse & C. Wortman (toim.) Spousal bereavement in late life. Springer Publishing Company, New York.

Zisberg, A; Young, H. M.; Schepp, K. & Zysberg L. 2007. A concept analysis of routine: relevance to nursing. *Journal of Advanced Nursing* 57 (4), 442–453
DOI: 10.1111/j.1365-2648.2006.04103.x.

LIITTEET

Liite 1.

Kirjoitelmapyyntö leskiäideille

Oletko menettänyt puolisoasi ja sinulla on vielä yksi tai useampi kotona asuva lapsi? Millaisia muutoksia leskeys on tuonut elämääsi ja perheesi arkeen? Millaista on nykyinen perheesi ja miten leskeys on muuttanut sitä? Millaiset suhteet sinulla on lapsesi/lastesi kanssa ja miten leskeys on vaikuttanut vanhemmuuteesi? Miten leskeys on muuttanut perheenjäsenten välisiä suhteita ja perheenjäsenten rooleja? Millaisena koet hyvinvointiasi? Mitkä tekijät lisäävät hyvinvointia tai vähentävät sitä?

Toivoisin sinun osallistuvan pro gradu tutkimukseeni kirjoittamalla tarinamuotoisen kirjoitelman siitä, miten leskeys on vaikuttanut elämääsi. Kuvaille omin sanoin elämääsi leskeytymisen jälkeen. Voit käyttää apuna alussa olevia kysymyksiä. Teen pro gradu-tutkielmaa Jyväskylän yliopiston kasvatustieteen laitoksessa. Tutkielmaani ohjaa tutkijatohtori Eija Sevón. Tutkimus tehdään yhteistyössä Suomen nuoret lesket ry:n kanssa ja sen tarkoituksena on selvittää leskiäitien leskeytymisen vaikutuksia perhearkeen ja hyvinvointiin. Tutkielma tuottaa valmistuttuaan uutta tietoa aiheesta Suomen nuoret lesket ry:lle ja yhdistyksen jäsenille.

Voit kirjoittaa vapaamuotoisen kirjoitelman oheisen nettilinkin <https://my.surveypal.com/Kirjoitelmapyynt%C3%B6-leski%C3%A4ideille> kautta. Voit kirjoittaa tekstin joko suoraan vastauslomakkeeseen tai kirjoittaa tekstin ensin tekstinkäsittelyohjelmalla ja liittää sen vasta lopuksi tekstilaatikkoon. Kyselyä ei voi tallentaa kesken kirjoittamista eikä siihen voi palata jälkikäteen. Kirjoitusohjeet löytyvät myös nettikyselylomakkeesta.

Voit lähettää kirjoitelman myös sähköpostitse osoitteeseen sanna.k.tuunila@student.jyu.fi. Voit kirjoittaa nimettömänä, mutta kerrothan ikäsi, miten kauan leskeytymisestä on kulunut, lastesi lukumäärä ja iät. **Toivoisin saavani kirjoitelmat tutkielmaani varten 8.2. mennessä.**

Tutkimusaineistoa käsitellään luottamuksellisesti ja tutkimukseen osallistujien nimettömyys säilytetään. Sähköpostitse lähetetyt kirjoitelmat pysyvät tutkijan hallussa ja ne hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistumisen jälkeen. Nettilomakkeen kautta vastanneiden kirjoitelmat välitetään Suomen nuoret lesket ry:n toimesta tutkijalle ja hävitetään tämän jälkeen. Kirjoitelmia käytetään vain tätä tutkimusta varten. Kirjoitelmien osia voidaan julkaista nimettömästi osana tutkielmaa. Valmis tutkielma on luettavissa Suomen nuoret lesket ry:n nettisivuilla syksyllä 2015.

Mikäli sinulla on kysyttävää tai haluat lisätietoja tutkimukseen liittyen, otathan rohkeasti yhteyttä.

Kiitos osallistumisestasi tutkimukseen!

Ystävällisin terveisin

Sanna Tuunila

pro gradu tutkielman toteuttaja
Sanna Tuunila
Kasvatustieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
sanna.k.tuunila@student.jyu.fi

pro gradu tutkielman ohjaaja
Tutkijatohtori, Eija Sevón
Kasvatustieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
eija.sevon@jyu.fi

Liite 2.

Nettikyselylomakkeen ohjeistus:

Oletko menettänyt puolisoasi ja sinulla on vielä yksi tai useampi kotona asuva lapsi? Kuvaile omin sanoin elämääsi leskeytymisen jälkeen. Millaisia muutoksia leskeys on tuonut elämääsi ja perheesi arkeen? Millaista on nykyinen perhearke ja miten leskeys on muuttanut perhearkea? Millaiset suhteet sinulla on lapsesi/lastesi kanssa ja miten leskeys on vaikuttanut vanhemmuuteesi? Miten leskeys on muuttanut perheenjäsenten välisiä suhteita ja perheenjäsenten rooleja? Millaisena koet hyvinvointiasi? Mitkä tekijät lisäävät hyvinvointia tai vähentävät sitä?

Kirjoita vapaamuotoinen kirjoitelma, jossa voit pohtia yllä olevia kysymyksiä. Kaikkiin kysymyksiin ei tarvitse vastata. Kirjoita teksti alla olevaan vastauslaatikkoon. Voit myös kirjoittaa tekstin ensin tekstinkäsittelyohjelmalla ja liittää sen vasta lopuksi tekstilaatikkoon. Kyselyä ei voi tallentaa kesken kirjoittamista eikä siihen voi palata jälkikäteen. Voit kirjoittaa nimettömänä. Vastauslaatikkoa saat suurennettua vetämällä hiirellä vastauslaatikon oikeasta alareunasta.

Taustakysymykset:

Ikäsi alle 25
 25–29
 30–34
 35–39
 40–44
 45–49
 50–55
 yli 55

Kuinka kauan leskeytymisestääsi on kulunut

alle vuosi
 1-2 vuotta
 3-4 vuotta
 5-6 vuotta
 yli 6 vuotta

Lastesi määrä

1
 2
 3
 4
 5 tai enemmän

Kirjoita lastesi ikä/iät.

Liite 3

Arki	Arjen askareet	siivous lastenhoito ruoanlaitto lasten harrastukset
	Vastuu	päätöksenteko itsenäisyys ei neuvottelukumppania
	"Miesten töiden" opettelu	auton huolto pihatyöt, lumityöt huoltotyöt verotiedot
	Arjen organisointi	aikataulutus ajanhallinta
	Talous	perheen taloudellisen tilanteen heikkeneminen yhteiskunnan tuki palkan riittävyys
	Byrokratia	tukien selvittäminen lomakkeiden täyttö lasten rahanhoidon selonteko maistraatille
	Työ ja opiskelu	työaikojen haasteen (vuorotyö) työn ja lastenhoidon yhdistäminen työpaikan vaihtaminen uudelleen kouluttautuminen

Perhesuhteet	Roolit	äiti=äiti ja isä? isän roolin puuttuminen lapsi isän rooliin lapsi äidin tukijana lapsi saa olla lapsi
	Äiti-lapsi-suhde	läheisyys välien tiivistyminen luottavaisuus avoimuus, puhuminen yhteiset puuhat
	Muut sukulaiset	omat vanhemmat sisarukset aikuiset lapset appivanhemmat miehen suku
	Vanhemmuus	lapsen surun tukeminen lapsen tarpeet etusijalla

		lasten kannustaminen esimerkkinä oleminen isästä puhuminen isän arvojen siirtäminen lapsille
--	--	---

Hyvinvointi	Suru	oman surun käsittely lasten surussa tukeminen kaipaus, ikävä selviäminen
	Tukiverkostot	omat vanhemmat, appivanhemmat sisarukset vanhemmat lapset vertaistuki ammattiauttajat ystävät naapurit
	Apu	avun pyytäminen avun vastaanottaminen "minä pärjään" avun tarpeen ymmärtäminen
	Omat harrastukset	oma aika oman ajan puute liikunta omat jutut lemmikki
	Oma jaksaminen	kiire stressi levon tarve pitää jaksaa lasten takia vastuu huumori
	Arjen sujuminen	"arki rullaa", kotona asiat hyvin
	Tunteet	läheisyys kuulluksi tuleminen ymmärryksen puute ikävä
	Lapset	lasten hyvinvointi tärkeä lapset ilontuojina
	Terveys	liikunta syöminen painon hallinta lepo

Muutos	koti	vanha vs. uusi
--------	------	----------------

	työ	vanha vs. uusi
	ammatti	uusi koulutus/ammatti
	arvot, elämänsenne	perheen ja oma hyvinvointi asioiden tekeminen nyt eikä joskus
	sosiaaliset suhteet	ystävät miehen suku vertaistuki
	uusi puoliso?	